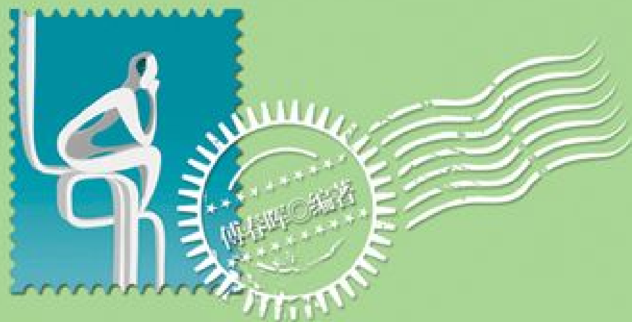


学会选择 懂得放弃 全集

在这个世界上，没有人是天生的成功者，也没有人是天生的失败者。
大家之所以拥有不同的人生，是因为各自的选择不同。
人生路漫漫，只有选择最有效的途径和方法，才能使自己获得更大的进步和提高。



正确选择是一种能力，适时放弃是一种智慧！

哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

VISIT...

LANZAROTE Caliente.COM

版权

图书在版编目（CIP）数据

学会选择，懂得放弃全集/傅春晖编著.—哈尔滨：哈尔滨出版社，2010.11

ISBN 978-7-5484-0222-0

I.学… II.傅… III.人生哲学-通俗读物 IV.B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第126216号

书名：学会选择，懂得放弃全集

作者：傅春晖编著

特约编辑：郭海东

责任编辑：张恩平李金秋

责任审校：陈大霞

封面设计：回归线视觉传达

出版发行：哈尔滨出版社（Harbin Publishing House）

社址：哈尔滨市香坊区泰山路82-9号　　邮编：150090

网址：www.hrbcbs.com www.mifengniao.com

E-mail：hrbcbs@yeah.net

编辑版权热线：（0451）87900272 87900273

邮购热线：（0451）87900345　87900299 87900220（传真）或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线：（0451）87900201　87900202 87900203

目录

版权
第一章 取舍有道——阳光总在风雨后
选择决定命运
坚持梦想才能飞翔
放弃也是一种智慧
直面缺点，审视自我
放弃也是一种超越
路到尽头就转弯
最合适的生活才是最好的生活
放弃是一种美丽的收获
第二章 知足常乐——自己的快乐自己做主
不能选择命运，可以选择心态
乐观是一笔宝贵的人生财富

为自己的生活选择阳光
品尝生活的乐趣
积极面对生活，愈挫愈勇
自卑是自己最大的敌人
莫让贪婪蒙蔽了双眼
不要为打翻的牛奶哭泣
同虚荣心勇敢地说“不”
放弃无意义的固执
第三章 鱼跃龙门——让自己变得更优秀
选择好习惯铸就好人生
可以平凡但不可以平庸
从现在开始停止“抱怨”
看清自己，莫要看轻自己
冷静地控制自己的情绪
说话做事多给自己留余地
成功需要惜时如金

坚定信念，告别懒惰
打好自己手中的牌
做人做事以大局为重
第四章 学海无涯——活到老学到老
不同的思维，不同的结果
谦虚是一种使人进步的动力
学会真诚地赞美他人
努力成为不可替代的人
生命不息，学习不止
学习力比学历更重要
练就好口才
每个人都是一笔宝藏
学会将压力变为动力
学会思考，改变未来
培养专注的精神
正视自己的错误

寻找最为可靠的资本
第五章 自动自发——大鹏展翅显身手
不要只为薪水而工作
将工作负责到底
从一开始就要选择做对
为自己选择合理的定位
做一个有条理的人
做事必须做到位
作足准备，不打无把握之仗
永远比别人多做一点
心中要常存危机意识
舍弃匆忙的做事习惯
勇敢地承担自己的责任
今日事，今日毕
拒绝工作中的“不小心”
第六章 修身养性——心中有路天地宽

糊涂是一门处世大智慧
莫让聪明反被聪明误
不当挨打的“出头鸟”
留住美好的，忘记不快的
别让骄傲挡住了去路
培养越挫越勇的精神
忍辱负重是成事之本
刚愎自用是处世的大忌
先处理心情，再处理事情
荣辱不惊，修养心灵
第七章 成就事业——励精图治有作为
选择小事终成大业
世情才是大学问
为自己的人生选择目标
主动迈出追求成功的脚步
失败只是成功路上的小插曲

可以失望但不可以“绝望”

选择自律，为成功护航

敢于舍弃眼前的小利

放弃与对手硬拼

敬业者方能成就事业

第八章 灵活社交——外圆内方游刃有余

选择朋友就是选择人生

选择诚信作为自己的招牌

给他人多一点赞美

礼仪是连接友谊的“纽带”

冷静沉着是最佳应对方案

善意的“谎言”也很美

多一个朋友多一条路

学会巧妙地说“不”

莫让拒绝变成一种伤害

处世可以认真，不能较真

无端猜疑要不得
抛掉“哥们儿义气”，结交“铁哥们儿”
第九章 幸福家庭——营造温馨的避风港湾
家和方能万事兴
生活中需要理解和宽容
多给对方一些信任和空间
夫妻交流需要语言艺术
幽默是化解夫妻矛盾的良药
小秘密为生活添色彩
别让冷战毁掉自己的幸福
婆媳关系是家庭和谐的关键
“孝”是做人做事的基础
同辈之间应当礼让为先
适当放手让孩子自己走
坦然面对失去亲人的旅程
第十章 经营爱情——让真爱永驻心间

爱情的真谛在于付出
做一个会撒娇的女人
爱情与婚姻的抉择真谛
如果爱，请珍惜拥有
留住眼前的幸福
表面光鲜的爱情不一定牢固
有一种爱叫做放手
爱不在了，应尽快走出旋涡
失恋是一种成长过程
坦然面对爱情离开的时候
第十一章 富贵在人——寻找自己的聚宝盆
点燃致富的欲望之火
财富源于正确的选择
抓住机会就是抓住财富
信用是最宝贵的财富
智慧是永远的财富

吃小亏，赚大利益
“错误”有时候也是机遇
把不利变为机遇
走到别人前面去
知足常乐任逍遥
第十二章 健康生活——求医不如求自己
学会善待自己的身体
时刻珍视自身的健康
让心灵沐浴快乐的阳光
培养良好的饮食习惯
选择良好的生活习惯
保持适当适时的运动
学会休息，拒绝疲倦
摆脱心灵的枷锁
赶走心中抑郁的阴霾

第一章 取舍有道——阳光总在风雨后

人生在世，时时处处面临着选择。有的选择关乎甚微，有的选择则事关重大。选择面前如何取舍？这对每个人来说都是极为重要的。选择坚持还是选择放弃？这是每个人都必须作出的决断，更是一种人生的智慧。生活就是这样，它给予一个人选择的同时也让人必须作出放弃。选择让人生变得美好，放弃让人生得到升华。只有懂得选择与放弃的人，才能赢得精彩的生活，拥有超脱豁达的人生境界。

选择决定命运

人生就像一盒巧克力，你永远不知道自己将会拿到哪一颗。

人的一生中，有许多追求，也面临着许多选择。正是我们昨天的选择，成就了今天的自己，成就了我们今天所拥有的一切，成就了我们今天的生活。而我们今天的选择，则会影响明天的我们，影响着我们明天的生活。正确的选择让人生变得幸福快乐，而错误的选择则让人误入歧途甚至无法挽回。选择，决定着一个人的命运。

有这样一个故事，说的是一个美国人、一个法国人和一个犹太人一起被关进了监狱服刑

三年。在服刑之前，监狱长答应他们可以满足每个人一个要求。美国人爱抽雪茄，于是要了三箱雪茄。法国人性格浪漫，要了一个美丽的女子相伴。而犹太人则要了一部电话，这样他可以同外界联系。监狱长一一满足了他们的要求。

三年刑满，他们都被释放了。第一个冲出来的是美国人，他一边跑一边喊：“给我火，给我火！”原来他忘记要打火机了。

接着出来的是法国人，只见他手里抱着一个小孩子，美丽女子手里牵着一个小孩子，肚子里还怀着第三个。

最后出来的是犹太人，他紧紧握住监狱长的手说：“这三年来，我每天与外界联系，我的生意的利润不仅没有下降，而且增长了两倍，

为了表示感谢，我送你一辆劳斯莱斯！”

三个人的选择不同，因此他们的生活和命运也各不相同。在人生的岔路口，一个人的未来如何，能否实现自己的人生目标，到达理想的彼岸，都取决于自己的选择。没有人生来便注定将来能做什么，不能做什么，每个人诞生之时，都如同一张白纸，至于这张白纸上将会描绘出怎样的生命轨迹，则是由无数的选择所决定。

无论什么样的路，都是由我们自己选择的；无论什么样的生活，也是由我们自己选择的。有的人选择了安逸，他的一生恬然自得，与世无争；有的人选择了搏击，他的一生浮浮沉沉，久经波浪；有的人选择了逃避，他的一生磕磕绊绊，挫折不断……对的选择，让人乘

风破浪，奔向成功，而错误的选择，则让人在追求理想的道路上渐行渐远。

有这样一个故事：有两个乡下人外出打工，一个打算去上海，一个打算去北京。可在候车室里等车时听到的议论，让他们两人都突然改变了念头。邻座的人说："上海人精明，外地人问路都收费，北京人质朴，见到吃不上饭的人，不仅给馒头还送衣服……"

原本打算去上海的人心想，还是北京好，即便挣不到钱，也饿不死；而原本打算去北京的人心想，还是去上海吧，问路都能赚钱，还有什么不能赚钱的？于是两个人便交换了车票，各自去了对方的目的地。

两个人到了目的地后都很高兴，都觉得换了车票是明智之举。到了北京的人觉得北京果

然很好，自己一个月什么都没干，居然没饿着，不仅银行大厅里的矿泉水可以白喝，而且商店里写着欢迎品尝的点心可以免费吃。

去了上海的人发现上海果然很好，带路可以赚钱，看厕所可以赚钱，弄盆冷水让人洗脸也可以赚钱，只要有想法，花点力气就可以赚钱。凭着乡下人对泥土的感情和了解，他从郊外包了一些比较肥沃的泥土，以“花盆土”的名义卖给了喜爱养花的上海人，一天就赚了五十元钱。经过一年的努力，凭着“花盆土”，他在上海拥有了一间小门面。他不断地思考，寻找着新的商机。他发现很多商家的门面招牌太脏，立即开办了一家擦洗招牌的小型清洁公司，果然市场反馈很好，他的生意越做越大，逐渐扩展到其他城市。

不久前，他去北京考察市场，准备拓展业务。车到北京站时，一个拾荒的人把头伸进了他的软卧车厢，就在那人向他伸手要一个空饮料罐儿时，两人都愣住了，因为八年前，他俩曾经交换过火车票……

这是多么戏剧化的一幕，而他们各自的心中又该是如何的波澜起伏呢？八年前的一念之差，让两个各奔南北的人变成了今天的样子，可谓是造化弄人。而实际上，两个人今天的状态都是取决于自己的选择，取决于他们各自为自己作的定位。一个人，有什么样的选择，有什么样的定位，就有什么样的人生。选择，为自己的人生之路寻找前进的方向；选择，是人生最重要的推动力；选择，决定着一个人的命运。

诚然，我们的选择，想法大多是美好的，结局却不尽如人意，往往是残酷的。那么是不是选择就不重要了呢？答案是否定的。选择未必成功，不选择却一定不会成功。我们不妨看看那些成功人士的经历，他们也曾遭遇挫折，也曾作出过错误的选择，并为此付出了惨重的代价。但是他们并没有选择放弃，而是选择了继续奋进，不屈不挠，将失利转化成了经验，最终帮助自己走向了成功。

可能在人生中的很多时候，我们并没有权利作太多的选择，但是我们可以选择让自己在尽可能变得更好。不要轻视自己的选择，今天我们对待生活随意，也许明天生活对待我们也会很随意。

阿甘的妈妈曾经对阿甘说过：“人生就像一

盒巧克力，你永远不知道自己将会拿到哪一颗。”在生命的长河中，也许我们会遇到各种各样的局面。汗水、低潮、失败、骄傲……千百次的失败并不可怕，可怕的是失去选择的勇气和信心。只要勇敢面对、认真选择，我们便会让自己的人生变得更加精彩。

坚持梦想才能飞翔

梦想的高度往往决定了一个人成就的高低，一个没有目标的人往往会一事无成。

船舶在大海中航行，沿途中会遇到很多美丽的景色，蓝天白云，碧波荡漾，还有鱼鸟嬉戏其间。然而航行并不总是一帆风顺的，除了那些令人心神荡漾的美景，也会遇到狂风巨浪、乌云暴雨，令人胆战心惊，惧怕不已。

人生如同航行，不可能总是围绕在鲜花和掌声之中，也会常常陷入困境。一个人如果想要从困境中走出，改变自己的命运，必须要坚持伟大的梦想。一个人只有敢想，才能按照自己的想法去做，才会有成功的可能，“苏珊大妈”的故事便发生在我们的身边。

如果你听说过或者看过《英国达人》这个节目，那么你对“苏珊大妈”这个名字绝对不会陌生。苏珊大妈的名字叫做苏珊·波伊儿，她从小生活在英国一个无名的小山村。由于智障的缘故，她不能很好地完成学业，也没有爱情光顾过她。当她的妈妈死后，她只能和一些小猫小狗等动物在一起，过着孤独的生活。

然而苏珊从小就有一个梦想，她想唱歌，梦想着成为伊莲·佩姬那样的歌星。她的生活很

孤独，她的生活缺乏保障，这些都没有浇灭苏珊心中的梦想。她加入了教堂的唱诗班，成为其中的一员，多年来一直坚持唱歌，直到她被全世界人所知晓。

站在《英国达人》舞台上的苏珊有些矜持，她从来没有参加过如此隆重的节目。这位体态肥胖、长相平平的妇人一上台，台下便传来一阵哄笑，包括评委在内，所有观众对于这个妇人都缺乏最基本的尊重。由于智障的缘故，苏珊有些口吃，在回答评委们问话的时候含糊不清，评委们那些不怀好意的问话，似乎也是在有意让她出丑。当苏珊说自己的梦想是成为伊莲·佩姬那样的人时，台下再次哄堂大笑，这位长相丑陋的山野妇人如何同那位著名的歌唱家相比？

当音乐响起，苏珊大妈忘我地唱了起来，丝毫没有受到刚才观众们的影响。台下一下子变得安静起来，苏珊那天籁般的声音让他们震惊，他们深深为之折服，所有的观众都凝神屏息，享受着音乐时刻。当她一曲《I Dreamed A Dream》唱毕，全场响起了热烈的掌声与欢呼声，这次大家是为她的精彩表演而喝彩！一向苛刻的评委摩根，也称赞她是他在三年选秀节目中见到的最大的惊喜。苏珊成功了，她的歌声在世界范围内回荡，伊莲·佩姬也热情地与她会面，并同她合作演出，苏珊终于成为了跟自己偶像一样的歌星。

苏珊取得成功时，已经47岁。在许多人看来，她早应该过了“做梦”的年纪，苏珊的成功正是源于她坚持了自己的梦想。如果她没有想成为伊莲·佩姬那样歌手的梦想，没有几十年如

一日的坚持，没有为此付出无数的努力，那么可能她真的会在那个默默无名的山村中度过一生，直至死去也不会有多少人认识她。对梦想轻易言弃，不付出努力，那么梦想只能是个空想。只有坚持到底、不懈努力，才能让梦想成为现实。

每个人都有自己的梦想，或大或小。还有的人曾经有过梦想，现在却已经把它忘掉了，丢在了满是尘埃的记忆深处。试想一下，一件事情，假若我们想都没有想过它，那么又如何会去做呢？成就又从何而来呢？梦想的高度往往决定了一个人成就的高低，一个没有目标的人往往会一事无成。

很多时候，人和人的差别只有那么一点点，梦想让有些人变得伟大，而没有梦想则让

更多的人一生碌碌无为。梦想是藏在人们内心最深处的渴望，它激励着人们不断地积极进取，激励着人们不断释放自己的潜能，激励着人们去创造出一个又一个看起来似乎不可能的奇迹。

黑人民权领袖马丁·路德·金有一段脍炙人口的演说，题目是《我有一个梦想》。他详细地向人们描绘了他的梦想，而他也一直为自己的梦想孜孜不倦地奋斗着，直到生命的最后一刻。在他的影响下，更多的人也坚持为这个梦想而奋斗，黑人在美国的地位也不断地提高，这在多年前是想都不敢想的。当我们遇到困难时，常常希望别人给自己机会，希望命运能给我们一个好机会。然而在命运的垂青之前，我们是不是应该自己给自己一个机会，慢慢实现自己的梦想？

梦想如同迷雾中的灯塔，放射出明亮的光芒，能够指引人们渡过一个又一个难关，到达成功的彼岸。托尔斯泰曾经写下这样的话：要有生活的目标，一辈子的目标，一个时期的目标，一个阶段的目标，一年的目标，一个月的目标，一个星期的目标，一天的目标，一个小时的目标，一分钟的目标。梦想，便是这些目标的雏形，是目标的最佳体现。

梦想的实现需要坚持，只有坚持梦想，并为之不懈努力的人，才能真正地取得成功。电灯的发明，让我们在夜晚同样拥有了如白昼般的光芒，电灯的发明，正是爱迪生坚持的结果。他从二十多岁便开始研究电灯，先后尝试了用各种材料做灯丝，灯泡的照明时间也随着他的努力不断延长，从短短的几分钟到几个小时，到后来几百几千个小时。在历经十余年，

尝试了近千种材料之后，他终于找到了最合适的材料——钨丝，让人们从此在夜晚不再害怕黑暗。

有了梦想，便有了前进的方向，只要为之坚持不懈，便能让自己的梦想真正地飞翔。爱迪生在发明钨丝电灯之前经历了近千次失败，苏珊坚持梦想40多年才取得成功，而马丁·路德·金为了坚持梦想甚至献出了自己的生命。那些一直在为梦想奋斗的人们，才真正实现了梦想，让生命变得与众不同。

当然，在成功的路上，不可能总是一帆风顺，挫折、失败都是在所难免的。如果碰到失败便放弃自己的梦想，那么也就放弃了成功的可能。当一个人习惯了被消极的精神所支配，那么他所收获的终归是失败。成功人士的与众

不同之处便在于他们遇到挫折，愈挫愈勇，用积极的心态面对未来，更加努力地朝着梦想努力，坚持不懈，而梦想也终会在某一天实现。勇敢地梦想吧，并且坚持不懈地为了自己的梦想努力，梦想终有一天会如同雄鹰般展翅翱翔。困境不会是永远，平庸的命运也可改变，成功一定会到来。

放弃也是一种智慧

放弃是一种智慧，没有明智的放弃就不会有辉煌的获得。

船舶航行在大海中，当遇到毁灭性的狂风暴雨等紧急危险时，船员便会扔掉船上一切可以扔掉的物品，以便尽量减轻船的负担，让航船能从危险中解脱。人生也如同一艘航船，当

我们遇到一些巨大的困难时，必须扔掉一些可有可无的东西。然而在遇到困难之前，我们是否想过，提前丢掉那些不必要的东西呢？生命之舟载不动太多的虚荣和物欲，只有选择自己所需轻载航行，才能让它顺利渡过各种艰难险阻，成功到达理想的彼岸。

学会放弃，是一种深远的谋略，是一种深邃的人生智慧。很多时候，我们不是不懂得拥有，而是不懂得放弃。

如果你是猎人，假如你要去捕猎机灵迅捷的猴子，你会怎么办呢？费尽心机制造陷阱？或是准备好足够的枪支弹药？其实不用这么麻烦，让我们看看印度热带丛林的居民们是如何做的吧。

他们用一种奇特的方式捕捉猴子：在一个

固定的小木盒子里面装上猴子爱吃的坚果，盒上开一个小口，刚好够猴子的前爪伸进去。猴子一旦抓住坚果，爪子就抽不出来了。人们常常用这种方式捉到猴子，因为猴子有一种习性：不肯放下已经到手的东西。

看到这里想必大家都会笑吧，猴子太笨了，只要松开爪子不就可以溜之大吉了吗？然而想想我们自己或是身边的人，我们是否也犯过猴子这样的错误呢？答案是肯定的，正是放不下各自手中的“坚果”，有的人才会活得那么辛苦，甚至走上不归路。

有的人放不下诱人的钱财，于是想尽办法想要多赚一些，甚至铤而走险利用职务之便侵吞公款，最终丑事暴露身败名裂。有的人无法抑制对权力的渴望，一心往上爬，溜须、拍

马、贿赂等手段层出不穷，等到权力尽失、身陷囹圄的时候已经是后悔莫及。

大千世界纷繁复杂，现代社会物欲横流，每个人都有无法得到的东西，每个人都有必须放弃的东西，如果纠结于拥有，则会无法释怀，失去快乐的心情。只有乐观、豁达的人，才能直面失去，在失去之后依然保持轻松平和的心态。不懂得放弃的人，一味地坚持甚至固执地追求某些东西，他们往往不能实现自己心中的追求，反而每天都陷入了得失的苦恼之中。

学会放弃，是每个人都应该学会的，这不仅能让自己保持健康的心态，也是成功路上必然的选择。放弃并不是失望的退却，而是一种智慧的选择。获得是很多人奋斗的目标，而学

会放弃，能让一个人拥有更好的获得。懂得放弃的人，能够清楚地分辨眼前利益和长远的利益，不会患得患失，更不会为了蝇头小利而斤斤计较，他们能够为了长远利益而放弃眼前利益。

有一家餐馆招聘钟点工。面试官是餐馆的老板，他向应聘者提出了这样一个问题："餐厅里正值人流高峰，你在送餐时不小心滑了一下，手中的托盘即将摔落，你会怎么办？"

许多应聘者的回答都是答非所问，应聘的人一个接一个地走出面试的房间，老板的脸上却没有喜悦之色。萨姆也被问到了这个问题，他不慌不忙地答道："如果四周都是客人，我会尽全力把托盘倒向自己。"老板听后面露喜色，最终萨姆被聘用了。

萨姆能得到这份工作，因为他果断地将即将摔落的托盘倒向了自己，保证了顾客不会因此受到伤害。尽管从眼前来看，萨姆的利益受到了损害，但是他保全了顾客的利益，从长远角度来讲，也就保全了餐馆的利益。萨姆的成功就在于他敢于放弃。

象棋中有“丢卒保车”的战术，同样，在人生中，有时候我们也必须学会放弃。当然，“捡了芝麻丢了西瓜”的做法则是不明智的放弃，是不可取的。“鱼和熊掌不可兼得”，学会放弃才会有更好的拥有。得失之间的效果，可能不会在短时间内见效，但是善于取舍的人，会取得其中的主动权，让它发挥最大的功效。

战国时期的冯谖就是一个懂得放弃的人。他是“战国四公子”孟尝君的门客，生活落魄，

性格狂放不羁，然而孟尝君却以礼相待，终于感动了他，他决心寻找机会报答孟尝君的知遇之恩。

冯谖在孟尝君门下“白吃”了三年之后，机会终于来了。孟尝君要派人到他的封地薛邑去讨债，大家都知道这件事情极为棘手，于是无人愿意前去，这时冯谖站了出来，主动承担了这个责任。他问孟尝君想要用催讨的钱买点什么回来呢，孟尝君说：“就买点我们家没有的东西吧！”冯谖领命而去。

薛邑地区十分落后，人们生活都很穷苦，这也是为什么其他门客都不愿意前来讨债的原因。而当地百姓听说孟尝君的讨债使者来了，心中充满怨言。冯谖了解这个情况，于是将此地的百姓集合了起来，对大家说道：“孟尝君知

道大家生活困难，于是特意派我前来免除大家的债务，利息也一并免除。我把借据也带来了，今天就当众烧掉，大家的债务从此一笔勾销。”大家简直都不敢相信自己的耳朵，随后冯谖在众人面前烧掉了借据，大家才相信这是真的，众人感激涕零，称赞孟尝君的仁义。

冯谖回去后，孟尝君询问他讨债的情况，他回答道：“不但利息没讨回，借债的债券也烧了。”孟尝君听后很不高兴，冯谖接着说道：“您不是叫我买家中没有的东西回来吗，我已经给您买回来了，这就是‘义’，这样做对你收拢民心大有好处啊！”

过了几年，孟尝君遭别人陷害丢失相位，回到了自己的封地薛邑。当地百姓听说自己的恩人回来了，纷纷出迎，全城空巷，表示坚决

拥护他、跟随他。孟尝君大为感动，这时才体会到冯谖“焚券市义”的苦心。

冯谖虽然让孟尝君损失了一些金钱，却让孟尝君得到了金钱都买不到的人心。史学家范晔曾说：“天下皆知取之为取，而不知与之为取。”说得正是这个道理。

人生之中有得必有失，难免经历风雨坎坷，只有学会放弃，才能获得成熟，才能让生活更加充实和坦然。进退从容，积极乐观，必然会迎来光辉的未来。

直面缺点，审视自我

是打败缺点，还是被缺点打败，这个完全取决于我们的选择。

每个人都有让自己引以为傲的优点，但每个人的身上也都有一些缺点。或许自己能够知晓自己的缺点，或许自己的有些缺点自己也未必了解。有的人可能对自己沾沾自喜，认为自己比较完美，但很可能自私、自卑、自大、猜疑、贪婪等一些缺点就潜藏在他的性格中。每当他处于意志薄弱的时候，这些缺点便跑出来兴风作浪，扰乱他的言行，做出一些令自己后悔莫及的事情，甚至危害到他人的利益。

阿Q是鲁迅先生创造的一个经典的文学形象。他连自己姓什么都不知道，每天稀里糊涂地过着，靠着给人做工赚一点钱养活自己。阿Q好吃懒做，还赌钱，于是他的日子总是很贫苦，整个未庄的人都看不起他，几乎没人把他当人看，动辄对他打骂一番。然而阿Q总是过得很开心，因为他有着一套自己的人生哲学，后

人称之为“阿Q精神”。

无论遭遇什么不幸，阿Q总是能说服自己，给自己以精神上的安慰。被人打了之后，他甚至以这是“儿子打老子”的想法告诉自己，让自己原本有些愤怒的内心平静了下来，对别人对他的侮辱想象成自己在侮辱别人。无论遇到什么事情，阿Q总是处于一副麻木不仁的状态，鲁迅先生“哀其不幸，怒其不争”。

祥林嫂也是鲁迅先生笔下的一个形象鲜明的人物。这个可怜的农家妇女，遭遇过两次不幸的婚姻，年幼的儿子也因为吃了太多的毛豆而死掉了。可是她并没有从愚昧中警醒，只是逢人便讲自己遭遇的不幸。开始时，左邻右舍还对她带有些许同情，然而时间久了，大家对她的故事都感到了厌烦。

可怜之人必有“可恨”之处，正是懦弱、愚昧、虚伪、卑怯等人性的缺点，造成了那些可怜的悲剧命运。一方面，这种悲剧的命运固然受到了时代和环境的影响，然而更重要的则是他们自身没有认识到自己人性的弱点，一直受到这些弱点的控制无法自拔，最终走向了悲剧的结局。正是那些潜藏在自身的弱点，让一个人始终不能取得他想要的生活和成就。

成功的道路充满了艰辛。很多时候，想要取得成功需要付出非凡的努力，战胜诸多困难，但往往一个不起眼的弱点，就能让一个人艰辛的努力化为乌有。李自成贪恋女色霸占陈圆圆，结果刚入北京立足未稳便被吴三桂引来的清兵杀死；《项链》中的玛蒂尔德爱慕虚荣，为了赔偿一串仿造的项链付出了十年的青春。有太多的杰出人物，因为无法战胜自身的

弱点，最终沦为历史的匆匆过客，为后人扼腕叹息。更有甚者，则身背骂名，遭人千古唾弃。

宋代的蔡京，他的书法造诣之高，可以与苏东坡、黄庭坚、米芾等当时的名家相提并论。然而由于他醉心权术，无恶不作，被后人唾骂。明代奸相严嵩，也是才高八斗、学富五车之人，可是他飞扬跋扈祸国殃民，被后人所不齿。南唐后主李煜辞赋造诣颇深，却疏于治国，最终落得国破家亡，生灵涂炭，百姓陷入水深火热之中。

一个人只有勇于直面自己的缺点，才能改正自己，提升自己的竞争力，让自己在激烈的竞争中能够占得先机。不善于面对自己缺点的人往往缺乏竞争力，即便在竞争中偶尔取得一

点优势，最终也会败下阵来。古今中外那些让人欷歔不已的名人们，纷纷证明了这个教训。

有缺点并不可怕，可怕的是我们往往不能看到自身的缺点，任由它暗中作祟。人可以通过照镜子来看到自己的衣冠是否整齐，是否合身。但是并没有这么一面镜子可以让我们看到自身的缺点，所以容易出现“当局者迷”的局面。人们更加容易看到远处，看到外在的条件，却忽略了近在眼前的自身的缺点。

苏东坡是一位著名的文人，他不仅诗词歌赋的造诣很高，对禅道也有一定的参悟。他有一个好朋友叫佛印，是当时有名的僧人。为了显示在禅道上的境界，苏东坡写了一首诗给佛印，最后两句是这样的：“八风吹不动，端坐紫金台。”写完之后，就命家仆将诗送给了住在江

对岸的佛印看。

佛印看后，呵呵一笑，提笔在诗上批了两个字："放屁！"并叫人送还回去。苏东坡本以为自己的诗会受到佛印的赞赏，不料佛印竟如此侮辱自己，大发雷霆，立即乘舟过江来与佛印理论。

就在船行至江边，快要上岸时，苏东坡看见佛印庙门上贴有一副对联："八风吹不动，一屁过江东"。苏东坡看后非常惭愧，直接让船夫掉转船头，没有上岸便回去了。

苏东坡是一个豪爽的人，这从他的诗词作品中便能看出，他开创了豪放派词风，"左牵黄，右擎苍""西北望，射天狼"等词句中无不显露出他的豪迈之气，令人振奋。可是即便是这样爽朗的人，也有着爱炫耀、易发怒的缺点。

他明白参禅要放下一切，可是他做不到，这也是他为什么会在佛印面前自愧不如。

人性的缺点固然如影随形，对个人危害很大。但我们完全可以通过自己的努力，找出这些缺点的根源，从而改掉这些缺点，进而改变自己的命运。这就需要我们正视自己，直面自己的不足，用坚强的决心和毅力同缺点作斗争，扫除这些人生路上的障碍。

是打败缺点，还是被缺点打败，这个完全取决于我们的选择。有什么样的选择，决定着我们的一生。

放弃也是一种超越

生命之舟，不能载重太多。放弃，也是一

种超越。

很多时候，我们必须做出选择，这种取舍间的抉择，往往让人痛苦不堪。持之以恒，是一种令人赞叹的态度，在很多时候能鼓舞人们前进，不过有的时候，我们可以适当地选择放弃。“退一步海阔天空”，在进退维谷之际，有时勇敢地选择放弃反而比勉强坚持更加有效。

有很多人争强好胜，很执着，容易出现一条道跑到黑的情况，只知道前进而不知道后退。在他们的字典中，“放弃”就意味着失败、怯懦，这并不是一种好的心态。一个人坚持不懈很难，然而作出有意义的放弃更难。在人生的道路上，除了前进之外，还应该有适当的放弃与后退，有取有舍，才能让人生之路顺畅。

与我们无关的东西，我们可能很容易作出

取舍。然而当摆在我们眼前的利益非常诱人时，比如一段感情、一份收入颇丰的工作、一笔数额不菲的钱财，可能我们很难选择放弃。执意地追逐，可能让你暂时有些许收获，勇敢地放弃，却能让自己变得大度宽容，实现人生的超越。

二战过后，战胜国举行会议，决定在纽约建立一个协调世界事务的国际性组织——联合国。当前期的准备工作做得差不多的时候大家才发现，这个全球性的组织居然没有立足之地，他们连基本的办公场所都没有。

买一块土地？纽约寸土寸金，联合国刚刚成立，没有那么多钱财可供使用。让各参与国集资？此时二战刚刚结束，各国国力空虚，大家都忙于战后重建，经济上都很困难。而且联

合国刚刚成立就向各成员国摊派巨额的费用，对于自身声誉的影响也不好。联合国的领导人们愁眉不展，这件事情让他们十分为难。

就在这时，得知此事的洛克菲勒家族作出决定，出资近千万买下了一块地皮，无偿送给了这个刚刚成立的国际组织，解了他们的燃眉之急。二战后美国的经济陷入了萧条之中，洛克菲勒家族如此之大的手笔让人震惊。美国的一些地产商人听说了这件事情之后，纷纷嘲笑这是“愚蠢的行为”，而且他们还说：“照这个样子经营下去，不出十年，著名的洛克菲勒家族财团便会变成洛克菲勒家族贫民集团。”

但是这些商人很快便为自己的言行感到后悔了。联合国大厦竣工不久，毗邻它的土地价格便不断飙升，而这些土地，早已被洛克菲勒

家族一并买下。洛克菲勒家族通过这些土地，获得了巨额的利润，远远超过了他们赠与联合国的地皮的价值。

洛克菲勒家族的远见卓识，让他们铸就了百年辉煌，取得了一个又一个令人赞叹的商业成功。赠与联合国地皮，当时还有别的财团也有这个实力，可是他们只局限于自己的眼前利益，不懂得放弃，于是失去了这个千载难逢的好时机。无偿赠地，这是一种放弃，洛克菲勒家族借此机会获得了超越，创造了巨大的商业财富。

舍不得眼前的蝇头小利，不懂得放弃，那么最后失去的反而会更多。人生中亦是如此，生命之舟，载不动太多的沉重，懂得放弃才能让生命之舟顺利前行不断超越，百尺竿头更进

一步。学会放弃是一种明智的选择，只有学会放弃才能放松身心，让我们在人生之路上轻装前行，一路高歌。

我们在面临选择的时候，不仅要拿得起，还要放得下。放弃未必是失败，塞翁失马焉知非福，有舍必有得，通过放弃得到的或许要比放弃的更珍贵。

有一只狐狸在森林中四处游荡。一天，它发现了一个美丽的花园。透过篱笆，可以清晰地看到花园中美丽的花朵和累累的果实。狐狸的口水都快流下来了，它试图钻过篱笆进入花园，可是它太胖了，无法钻过窄窄的篱笆。狐狸狠了狠心，好几天没吃东西，把自己饿瘦了，终于钻过了篱笆，美美地享受着那些果实。

整整一个季节，狐狸都住在花园中，过着美滋滋的生活。冬天来了，树叶凋落，百花凋零，花园中的果子也越来越少，狐狸决定离开这里。然而当它想要钻出去的时候才发现，由于这段时间吃得太开心，它的身体变得更胖，无法钻出篱笆了。狐狸只好再次让自己饿了几天，当身体瘦下来的时候它才勉强钻出了篱笆。

假如不钻出花园，那么狐狸冬天就会被冻死在这里。狐狸放弃了花园中的美味水果，才让自己获得了求生的机会。狐狸开始为了进入花园而忍受饥饿，将自己的体重减轻，才享受到美食。狐狸的两次放弃，都取得了很大的收获，取得了超越。

放弃周围琐事的干扰，放弃功名利禄的争

夺，放弃尔虞我诈勾心斗角，放弃艳羡的目光，需要我们放弃的东西有很多，但通过放弃我们获得了更多的东西，实现了自我的超越。幸福、快乐、健康，这些我们所一直苦苦追寻的东西，正是在放弃了贪欲等之后获得的。选择自己的路，选择自己的幸福，放弃自己想要放弃的，让自己过着开心的生活。

当然，并不是每次放弃都能超越，放弃是一种需要巧妙把握尺度的艺术。应当放弃的则放弃，有些东西则是决不能放弃的。人生短暂，无法重来一次，学习、奋斗、生存，都是我们需要坚持的，决不能放弃。我们要积极地享受这短暂的人生，让自己的人生变得更加丰富多彩，努力奋斗，作好选择，学会理智的放弃，实现人生的超越。

路到尽头就转弯

路到尽头，恰当转弯，能够让自己的生活变得“柳暗花明又一村”。

在每个人的生命中，都会经历风雨挫折，常言说“不经历风雨，怎么见彩虹”，这些困难是每一个人通向成功所必须经历的。面对挫折，我们需要迎难而上，奋力进取，“车到山前必有路”，这种豁达的态度是我们应该拥有的。不过从另一方面来说，当一条路走到尽头时，我们应该及时转弯，重新寻找合适的前进道路，免得出现车到山前却无路可走的局面。

生活中的困难是时常有的，我们的心情甚至生活往往都会受到这些问题的影响。当我们为了前进的道路彷徨迷茫时，不妨停下匆匆的

脚步，仔细看看前面的路。很多时候，换种方法，换条道路，很多事情便会变得容易许多。如果不懂得转弯，只是一味地低头前行，很可能让自己陷入原地踏步的境地，让自己痛苦不堪无法解脱。

有一个大学女生，和很多大学生一样，她也拥有了一份美丽的爱情，这让她感到十分幸福，爱情甚至变成了她生活的全部。她和他一起吃饭，一起去图书馆，一起轧马路，一起营造着甜蜜的二人世界。她有时甚至会幻想两个人白头偕老的样子。

也许幸福的日子总是太过短暂，她没有想到的是，有一天他会提出分手离她而去。她简直不敢相信这是真的，顿时觉得自己的天空一片黑暗。她从来没有想过若是没有了他自己该

怎么生活。一个人的时候，泪水总是挂在她的脸庞。她的生活日渐消沉，有一天甚至想到了轻生。

她收拾好了所有的物品，准备到山中跳崖自杀。在去往大山的公车上，她静静地坐在后座。忽然，她发现座位旁边的地上有张很精美的卡片，很像一张书签，于是她拣了起来，翻看了一下。卡片的背面有一行字迹隽秀的小字，“不是路已走到尽头，而是应该转弯了。”她惊愕了，仿佛瞬间惊醒。她突然发觉自己的行为是那么愚蠢，在下一站，她坐上了返程的汽车，并且告诉自己，要开心地过好每一天。

她在自己的日记中写道：“曾经的我，被一个不速之客扰乱了平静的生活，却也不经意地

被另一个不速之客救赎了。生命不可能总是一帆风顺，风风雨雨也会夹杂在其中，但风雨并不代表路的尽头，它只是在提醒你，该转弯了。”

是啊，转一下弯，我们就会发现生活是如此美好，阳光一直都在我们的身边。

在人的一生中，总有一些困难无法克服，总有一些河流无法跨越。学会转弯，在无法跨越的河流面前掉头离开，也是一种人生智慧。然而很多人只是盯着眼前湍急的流水，却忽略了河边的果树。真正聪明的人，他们会观察周围的环境，摘得水果，在转弯时有所收获。我们身边可能就有一些人，他们屡试不第，但在为了考试而准备的过程中，他们的自身实力不断提高，最后虽然没有考试得中，却也得到了

良好的发展机会。

也许很多人都曾有过美好的理想，但最终发现现实离自己的理想很远。其实这是正常的，付出并不等于收获，百分百的努力无法保证百分之百的成功，人生中很多事情都不是个人意志所能决定的。失败常常伴随人生，重要的是在遭遇失败与挫折时，我们学到了什么。绝境，更是锻炼人的好时机，在绝境中有所突破，更容易成就自我。古往今来，拥有这种生活信念的人，最终都实现了人生的超越。

超人是美国人心目中的英雄，而克里斯多夫·李维，便是以主演《超人》而扬名影坛，他也借此奠定了自己一线明星的地位。然而正当他在好莱坞红极一时的时候，一场飞来横祸改变了他的命运。1995年5月，李维在参加一次马

术比赛的过程中意外坠马，脊椎严重受损伤，身体高位截瘫，只能借助轮椅生活。当他终于从昏迷中苏醒过来，这位以“超人”形象著称的演员说出的第一句话便是“让我早日解脱吧。”

经历了漫长的康复治疗，李维终于出院了。他的妻子戴娜一直不离不弃，细心地照顾着他。一天，戴娜陪他出去散心，汽车行驶在蜿蜒的落基山盘山公路上。李维静静地注视着窗外，他发现每当汽车行驶到自己以为没路的时候，路边都会出现一块带有“前方转弯”的警示牌。而拐弯过后，前方的道路宽敞平坦。山路曲折，而“前方转弯”的警示牌不断地出现在李维的眼前，他的心中似乎明白了什么。原来不是路已经到尽头，而是要转弯了。恍然大悟的他对妻子大喊：“我要回去，我还有路可走！”

从此，他开始了重回银幕的行动，不过这次他的身份是导演。他重新诠释了希区柯克的《后窗》等经典影片，并获得了金球奖；他拿起了笔，书写了《依然是我》等作品，这些作品很快便成为了畅销书，长期出现在各大排行榜。他还创办了一所残疾人教育中心，并为呼吁社会关注残疾人而四处奔走。

他的事迹令世人赞叹，《时代周刊》也以《十年来，他依然是超人》为题对他进行了报道。李维在文中回顾了自己的心路历程，他说："以前，我一直以为自己只能做一名演员，没想到我还可以在有生之年成为导演，当作家，并成为慈善大使。"

不幸降临的时候，并不是在宣布路已经到尽头，它只是在提醒我们，该转弯了。只有内

心拥有转弯的意识，才能在生活中学会转弯。挫折的另一面往往是转折，危机之中暗含转机，人生有很多选择，我们没有必要一条道跑到黑。路到尽头，恰当转弯，能够让自己的生活变得“柳暗花明又一村”。

最合适的生活才是最好的生活

真正幸福的人，往往懂得选择最适合自己的生活。

几乎每个人都希望自己的生活能够与众不同，几乎每个人都希望自己能过上更好的生活，然而不是每个人都能如愿以偿，每个人的理想和追求不同，每个人的现实条件也不同，不同的人有着不同的生活。真正懂得生活的人，不会过分地羡慕别人，而是尽力做自己想

做的事，根据自己的个性，寻找适合自己的生活方式。

什么样的生活才是幸福生活呢？这个问题并没有标准答案，而且每个人对于幸福生活的标准也不同。有的人觉得拥有大量物资财富的生活是幸福的，有的人认为获得精神上的满足才是最重要的。其实一种生活方式，只要自己喜欢，而且适合自己，那就是最好的。

有的人也许在物质上并不富有，但是他们找到了适合自己的生活方式，所以生活得很快乐。他们勤奋工作、俭朴生活，有空和爱人子女一起散步，生活中笑声不断，似乎生活中没有任何烦恼。而有的人并没有找到适合自己的生活方式，虽然他们在物质上很富有，住在豪宅，出入有名车美女相伴，可是依然愁眉不

展，整天为一些事情苦恼。更为痛苦的是，他们不懂得放弃那些不适合自己的生活方式，以至于长久被它们所困。

有个人的家中养着一条小狗和一头驴子。每当主人回来时，小狗总是飞快地跑到主人身边，摇着尾巴亲热地朝着主人叫唤，有时还在主人的裤管边蹭来蹭去。主人看到小狗也十分高兴，亲切地抚摸小狗，有时还兴奋地把小狗举过头顶。

这一切被旁边的驴看在心中，它十分不高兴，心想自己整天埋头苦干这么辛苦，稍微干慢点就要挨打，小狗什么都不干只要摇摇尾巴就能得到主人的宠爱，看来自己得和主人联络下感情。

想到这里，驴决定采取行动。这天傍晚主

人回来之后，驴也大声叫唤着迎了上去，把蹄子搭在主人的肩上。主人被驴的举动吓了一跳，继而变得十分愤怒，把驴甩向一边，拿起皮鞭就狠狠地抽了起来。

驴在心中叫苦不迭，一个劲儿地埋怨主人偏心。

通过这个故事我们可以看出来，每个人都应当根据自己的兴趣和特长选择适合自己的生活，驴子试图和狗过一样的生活，结果最终受苦的反而是自己。现实生活中也是如此，有的人选对了方向，找到了适合自己的生活方式，从而事业有成，生活美满，而有的人没有找对方向，觉得生活十分辛苦。而有的人原本有着擅长的工作，稳定的生活，却由于盲目跟风放弃了自己眼前的生活，将生活变得杂乱无章。

没有谁能取代得了自己，我们也不能取代别人，世界上没有完全相同的两片树叶，也没有完全相同的两个人。既然每个人对幸福的理解不同，那么适合每个人的幸福也就不同。要想找到适合自己的生活方式，必须了解自己是一个什么样的人。

曾经有个生活很富足的大姐，依然对生活充满了不满，她逢人便感叹自己生活的不如意。她曾和好朋友说："假如可以拿十万元钱买十年的青春，我一定毫不犹豫地去做。"朋友于是告诉她，时光无法倒流，谁又能和她实现这笔交易呢？她认真地琢磨着这句话，忽然明白了生活的道理。从此她不再抱怨，而是立足现实，静下心来享受属于自己的生活，白天的上班时间自由自在，业余时间与朋友同学聚会、旅游、聊天或参加腰鼓队。她的生活态度发生

了巨大的变化，人的精神面貌也有了很大不同，无论哪个朋友见了她，都说她好像年轻了十岁。

过了一段时间，她的一个朋友经常对她抱怨，说自己好像背着沉重包袱的蜗牛，每天都活得好辛苦。她仔细一问才知道，原来她最近按揭贷款买了套新房子，仅靠着微薄的薪水还贷，她的手头十分紧张。于是，她便觉得生活失去了原有的色彩，仿佛头顶整片天空都是灰色的。她于是劝朋友道，不要把辛苦当做一种包袱，或许这些经历对她是一笔无尽的财富，虽然现在生活是有些困难和紧张，但如果她现在拥有很多钱的话也不一定就会感觉幸福，人这一生毕竟有许多东西一定要经历，不经历过又怎能体会苦尽甘来的滋味？看看她，不也是这么转变过来的吗？她的朋友听后十分感慨，

决定使自己的生活变得丰富多彩起来，做自己快乐生活的主宰。

适合别人的不一定就适合自己，没钱的人羡慕有钱的人，可是他们谁又会体会到有钱人的烦恼呢？亚历山大大帝贵为君王，不也羡慕第欧根尼可以自由自在地晒太阳吗？我们自己拥有的，也许是别人羡慕的，虽然可能暂时有一些困难，但毕竟是暂时的，只要你目标明确并为之努力，幸福或许就在不远的地方招手呢。

这个社会中充满着诸多的诱惑，能坚持自己的喜好的人越来越少，更多的人迷失在别人的世界里。然而很多人走了很远才发现，原来自己走的路并不能到达自己的目的地，这不是自己所需要的。适合别人的并不一定适合自

己，东施看到西施皱眉好看，便也学她的模样，却沦为别人的笑柄，留下了“东施效颦”的笑话。选择适合自己的生活方式，才能让自己的生活更幸福，才能做好独一无二的自己。

放弃是一种美丽的收获

人生有舍才有得，放弃是一种美丽的收获。

只有放弃了坦途，历经曲折的河流才能回归大海的怀抱；只有放弃了树的挽留，泛黄的叶子才能回到大地母亲的怀抱；只有放弃了生命，蜡烛才为世界带来了光明；只有放弃那些喧嚣和欲求，心灵才能得到片刻的宁静。

想要看到满眼葱绿，呼吸清新的空气，必

须放弃城市的舒适，亲身到大自然中经历；想要得到长久的成功，必须放弃眼前的浮名和利益，历经磨难修成正果。放弃是一种智慧，放弃是一种勇气，放弃是为了更好地向前进。

某座深山中住着一位得道高僧，有一个自觉道行很高的和尚想来拜谒禅师。老禅师看着这位风尘仆仆远道而来的弟子，好生以礼相待，却迟迟不与他讲他最想听到的禅机。

他为和尚泡好了茶，将杯子放在和尚的面前，为他斟茶。慢慢地杯子中的水已经满了，而老禅师依然在倒，杯子中的水已经溢了出来，他却丝毫没有停的意思。

远道而来的和尚看着茶水不停地流出来，终于忍不住大声说道：“杯子都已经满了，你怎么还在往里倒啊！”

老禅师终于停止了倒水，笑着说道：“你就像这装满水的杯子，里面已经装满了你自己的想法，如果你不将自己心中的杯子倒空，我又如何能跟你讲禅呢？”远方来的和尚听后低下了头，若有所思。后来，他跟随老禅师修行，也成为了一位得道高僧。

我们在生活中又何尝不是如此呢？一味地追求，却从来不知道放弃，只是一个劲地抓住自己的东西不放，拼命地往自己的口袋中塞东西。只知索取不知放弃，于是我们的口袋变得越来越重，累得我们直不起腰来，我们前进的步伐也变得越来越慢。

曾有一位哲人说过，当你紧握双手，里面什么也没有；当你打开双手，世界就在你手中。不懂得舍弃，我们的负担就会越来越重，

也会因此带来很多痛苦。而不懂得舍弃，我们的口袋已经被填满，便没有空间去存放更有价值的东西。只求获得不舍得放弃，并不是一种明智的做法。懂得放弃，能让我们豁然开朗，体味到生命的另一番精致，鼓舞我们不断前进，去享受新的人生风景。

没有永远的获得，也没有永远的失去。当我们在获得一些东西的同时，我们也失去了一些东西，而当我们在选择的时候，我们也在放弃。当我们在前进的时候，就注定了我们要将过去抛在脑后。舍得舍得，有舍才有得。拿得起，更要放得下，只有在放下后，才能体会到轻松的愉悦。

曾经有一个富翁商人，他觉得自己的生活中没有快乐，于是带上一小袋钱财出发了，四

处寻找他想要的快乐。他跋山涉水历经很长时日，凭着他的才能他赚到了越来越多的钱财，可是他依然没有找到快乐。而且因为随身携带的钱财的增加，钱袋的重量让他难以承受，他前进的脚步越来越慢，终于有一天，他再也走不动，一屁股坐在了道路旁。

这时，他看到一个穿着破衣服的农夫挑着一大捆柴草，唱着山歌快活地朝他走来。富翁拦住农夫，满脸不解地问道："我是一个富翁，有着令人羡慕的巨额财富，可是为什么我始终感觉不到快乐呢？"农夫放下沉甸甸的柴草，舒心地擦着汗水说："快乐其实很简单啊，放下就可以了。"富翁恍然大悟。

原来他没有得到快乐的原因就是自己太过贪婪。原本出门是为了寻找快乐，可是在路过

一些城镇时，他看到有利可图，便费尽心思赚取钱财，有时甚至为了一点蝇头小利与人争执半天，搞得自己身心俱疲。

受到农夫的启发，富翁不再费尽心力地攫取财富，而是将自己的钱财拿了出来，四处救济当地的穷人，为当地修桥铺路。当地的百姓都夸赞他是一个乐善好施的好人，他的心中得到了极大的满足，而在帮助别人的过程中他也渐渐地感受到了快乐。

贪欲是快乐的大敌，一个人的心灵如果被贪欲所占据，那么快乐便没有可以立足的地方，随之而来的则是因为欲望无法满足而产生的失落和不快。不能放下贪念，便会让自己走进烦恼的死胡同，最终无法自拔。追名逐利的想法，只能给自己带来困扰和不安，只有舍弃

这些不好的想法，才能让快乐重驻心间，让自己轻装上阵，更好地前进。

人生充满了各种选择，而放弃则是一门选择的艺术，是人生的必修课之一。我们常常为了放弃而犹豫挣扎，让自己痛苦不堪，其实只要果断地放弃，潇洒地挥手，我们就能走上光明的道路，获得美好的未来。放弃，是为了更好的选择。一个什么也不愿意放弃的人，反而会失去他最想要的东西。歌德曾说过：“生命的全部秘密就在于为了生存而放弃生存。”

曾经有个富翁，在坐船过河时，由于风浪太大，船被浪打翻了，富翁不幸落入水中。由于身上带了过多的钱币，本来可以轻松游到岸边的他几乎要沉入水中。富翁拼命地挣扎，但就是不肯放弃身上的钱币，最后终因体力不支

而丢掉了性命。

这个富翁不懂得放弃，死死抱住钱财不放，最终丢掉了自己的生命，也丢掉了快乐的根本。倘若他能果断放下钱财保住性命，钱财自然可以再赚回来，而且能赚到更多。他的执迷不悟，让他空守着许多钱财，死了却不能带走。

生活中的种种事情是密切相关的，我们无法切断它们的联系。如果我们只贪图眼前的小名小利，不肯放弃，那么我们的生活可能会变成一团乱麻，我们也无法继续前进，获得更多的收获。

穿梭于为名利汲汲奔走的人群中，生活在物欲横流的社会里，各种各样的利益驱使着我们的心灵，让我们疲惫不已。只有放下心中那

块欲望之石，放下哀怨与愁思，我们的心灵才能重新恢复明净，我们才能获得轻松潇洒。

放弃是一种美丽的收获，人生有舍才能有得，不要让欲望的包袱压弯了腰。及时放弃，甩掉那些不必要的负担，我们一定能在人生的道路上健步前行。

第二章 知足常乐——自己的快乐自己做主

很多人都想寻找快乐，可是他们跋山涉水最终也只是无功而返。快乐到底在哪里呢？其实快乐就在我们的心里，只是很多时候我们的目光只顾着望向远方。选择自信，放下自卑；选择自谦，放下自满；选择自励，放下自责。为自己的心灵收藏一束阳光，照亮每个漆黑寒冷的晚上。快乐是一种心态，只要我们用心选择，每个人都可以拥有。

不能选择命运，可以选择心态

当我们遇到不幸时，千万不要忘记，自己才是自己心态的主人。

对于每个人来说，生活都不会是一帆风顺的，可能遇到困难，可能遇到不幸，这不是人力所能选择的。然而如何去面对这些难题，在挫折面前保持一种什么样的心态，则是我们可以选择决定的。同样的境遇，不同的心态让人们的生活有所不同。艳丽或暗淡，我们的生活所呈现出的不同色彩，往往取决于我们选择用什么样的心态来面对生活。不要总是看到生活中的不幸和悲伤。改变你对生活的看法，就能改变生活。然而在我们的周围，听到更多的是

抱怨命运是如何地不公，自己是多么地不幸，社会让他们变得多么地忧愁和烦躁。他们忽略了，自己才是自己心态的主人。

约翰是美国一家餐厅的经理，在别人眼中，他总是心情特别好。当别人问他最近过得如何时，他总能给大家带来一些好消息。而且当他的员工们心情不好时，他会主动地开导对方，劝他们往好的地方想。约翰这种阳光的心态使他在朋友圈中大受欢迎，当他从一家餐厅离职到另一家餐厅工作时，很多员工都追随他去了。

约翰总是能保持很好的心态，他的一个朋友对此十分好奇，他决定向约翰询问一下其中的奥妙，于是说：“我一直认为，没有人能够始终保持积极乐观的心态，然而你却是个例外，

你究竟是如何做到的？”

约翰回答道：“每天早上起床，我都会告诉自己，我今天有两个选择，我可以选择好心情，也可以选择坏心情。我总是选择好心情，即使有不好的事发生，我可以选择做个受害者，或是选择做个负责任者从中学习，我总是选择从中学习。每当有人跑来跟我抱怨，我可以选择接受抱怨，也可以指出生命的光明面，我总是选择指出生命中的光明面。”

“但不是每件事情都是那么容易做到的啊！”这个朋友依然对此持有疑惑。“确实如此”，约翰理解朋友的疑惑，“生命就是一连串的选择，每一件事情都是一个选择，你选择如何回应，你选择处于好心情还是坏心情，你选择如何过你的生活等等。”他为他的朋友讲述了

他亲身经历的一件事情。

事情发生在几年前，有一天工作结束之后，约翰忘记关上餐厅的后门。结果第二天早上，三个全副武装的歹徒闯进了餐厅，他们要求约翰打开保险箱。约翰害怕极了，一不小心弄错了一个号码，惊慌懊恼的歹徒开枪射击约翰。幸好邻居们及时发现了他，很快把他送到了医院抢救。经过医生们18个小时的手术和长时间的精心照料，约翰终于出院了，但至今还有颗子弹永远地留在了他的身上……

约翰提议让朋友看一下他的伤痕，朋友婉言谢绝了。朋友充满好奇地问道：“这真让人无法想象，当歹徒持枪闯入的时候，你在想些什么呢？”

约翰回答道：“我想到的第一件事是我应该

锁后门的。当他们击中我之后，我躺在地板上，还记得我有两个选择：我可以选择生，或者选择死，我选择活下去。”

“你不害怕吗？”朋友问他。

约翰继续说：“我得感谢那些了不起的医生和护士，他们一直告诉我没事，让我放心。但是在他们把我推进紧急手术室的路上，我看到了他们的脸上布满了忧郁的神情，我确实被吓到了，他们的眼神似乎在说：他已经是个死人了。我知道我需要采取一些行动了。”

“那你当时做了什么？”朋友继续问道。

约翰说：“当时有个护士用吼叫的音量问我，我是否对某些东西过敏。我回答说：‘有’。这时医生和护士都停了下来，等待我继续回

答。我深深地吸了一口气，接着大声地说道：‘子弹！’。他们听了之后都大笑起来。我接着告诉他们：‘我现在想要活下去，请把我当做一个活生生的人来医治，而不是一个死人。’”

就这样，约翰终于从死亡边缘走了回来，这要归功于医护人员良好的医术，而他那令人惊异的乐观态度也是他活下来的重要因素。如何面对生命，或是享受，或是憎恨，这是每个人的权利。在每个人的身上，他的态度都是别人无法控制或者夺去的。假如我们能时刻注意这些令自己愉快的事情，我们的心情也会因此变得愉悦起来。

很多人活得很累，或者觉得很窝囊，他们将原因归结于各种各样的外界因素，却从来没有认真审视自己的心态。每个人都期待着自己

有一个良好的命运，期待着自己有一帆风顺的生活，希望自己处于快乐之中。然而天不遂人愿，生活中不如意者居多。如何选择自己的心态，是影响自己能否得到幸福的关键因素。同一件事情面前，你可以选择忧愁连连，也可以选择欢笑开怀，有着乐观心态的人，在面对挫折时更有信心，也更容易从挫折中走出来。

从前在美国，有两位家住乡下的陶瓷艺人，他们是休斯和吉姆。有一天，他们听说城里人喜欢用陶罐，便决定烧制出最好的陶罐运到城里去卖。经过他们的不懈努力，十年之后，他们终于烧制出他们自认为最好的陶罐。兴奋的他们雇了一艘船，准备将所有的陶罐都运到哥伦比亚区出售。

然而不幸的事情发生了。在船即将到达哥

伦比亚区时，突然一阵狂风袭来，船在海上颠簸不已。等到风暴过去，轮船靠岸，陶罐全部成了碎片，二人的富翁梦也随着陶罐一起破碎了。

吉姆提议先去酒店住上一晚，明天再去城里四处走走，好好见识见识。而休斯则捶胸顿足，痛哭着问吉姆："你还有心思去城里四处走走，难道就不心疼我们辛辛苦苦烧出来的那些陶罐？"吉姆心平气和地说："我们失去了那些陶罐，本来就够不幸的了，如果还因此而不快乐，那不是更加不幸吗？所以，我们既然来了，就不妨开开心心地玩一玩！"

休斯觉得吉姆的话有道理，于是跟着他去城里好好地玩了几天。结果，二人意外地发现，城里人用来装饰墙面的东西很像他们烧制

陶瓷的材料。于是，二人索性将那些碎陶罐砸得更碎，做成了马赛克，出售给城里的建筑工地。结果，他们不但没有因为陶罐的破碎而亏本，反而因为出售马赛克而大赚了一笔。

这本是一场不幸，吉姆和休斯没有放弃对成功的渴望，良好的心态让他们发现了另外一种方式，取得了事业的成功。生命之船亦是如此，风暴来临之时，决不能任它在海上随波逐流，放纵了自己。更多的时候，我们无法控制周围环境的变化，但是我们可以改变自己的想法，改变自己的心态。纵使命运之路坎坷，只要有良好的心态，对于未来有坚定的信念，就一定能到达成功的彼岸。

绝不能放弃对命运的追逐。一个人如果没有好的心态，好的人生也会因此而失色。而如

果能保持一种良好的心态，纵使命运坎坷，我们依然可以奏出华美的乐章。

乐观是一笔宝贵的人生财富

在任何指定的环境中，人们还是有最后的自由，那就是选择自己的态度。

生活中，每个人都希望自己获得更多的快乐和幸福，而幸福的生活则源于每个人自己的努力争取。当人们追求幸福的时候，心中便会产生奋斗的欲望，为了人生目标的实现不断地前进。然而，在前进的道路上，不总是只有鲜花与微笑，更不会永远风平浪静，也时常面临着严峻的考验。遇到高山时，我们要有勇气攀登；遇到河流时，我们也要设法渡过；遇到风雨时，我们要学会抵挡；遇到荆棘时，我们要

努力铲平。

成功学大师拿破仑·希尔曾经说过，一个人如果心态积极地去面对人生，乐观地接受挑战和应付麻烦事，那他就成功了一半。古往今来，为什么世界上成功卓越的人少，而失败平庸的人多呢？这和是否有乐观的心态有很大关系。当遭遇困难时，大多数人的态度是：算了吧，选个容易的，或者觉得自己不行，干脆倒退回去，结果陷入了失败的深渊。而成功者的态度则不然，他们用乐观的态度对待困难，用积极的意识鼓励自己，想尽办法让自己不断前进，直至取得成功。

从前，有一群青蛙组织了一场攀爬比赛，比赛的终点站是：一个非常高的铁塔的塔顶。一大群青蛙围着铁塔看比赛，给它们加油。比

赛开始了，这些小选手们都奋力地朝着塔顶爬去。而围观的青蛙们则在塔下议论纷纷。

老实说，群蛙中没有谁相信这些小小的青蛙会到达塔顶，他们都在议论："这太难了！它们肯定到不了塔顶！""它们绝不可能成功的，塔太高了！"听到这些，一只接一只的青蛙开始泄气了，除了情绪高涨的那几只还在往上爬。

群蛙继续喊着："这太难了，没有谁能爬到顶的！"越来越多的青蛙泄气了，退出了比赛。但有一只却还在爬，它越爬越高，一点儿也没有放弃的意思。最后，其他所有的青蛙都退出了比赛，除了这一只，它费了很大的劲，终于成为唯一一只到达塔顶的胜利者。

青蛙们对此十分好奇，它们都想知道它是如何取得成功的。有一只青蛙跑上前去问那个

胜利者，问它哪来那么多的力气爬到终点。然而它发现：这只青蛙居然是个聋子！

可以假想一下，如果这只青蛙不是聋子，那么周围的议论声便会传入它的耳中，那些令人沮丧的话也会打击到它的信心，恐怕它也会在比赛中途如同其他青蛙一样，由于失去信心而放弃了对胜利的渴望，最终落得失败的结局。正是因为它是聋子，所以没有受到那些消极、悲观的言论的影响，保持了乐观的心态，从而取得了成功。

具有乐观心态的人，能够坦然面对生活的挫折与失败，能够对事物持有正确的看法，摒弃那些消极因素的影响。对待生活，如果充满乐观与热情，事情就会向好的方面发展，而一旦觉得悲观尽往坏处想，那么事情便会变得糟

糕。面对同样的事物，因为心态不同就会产生不同的结果，乐观的心态带来积极的行动，而悲观的心态只会导致消极的情绪，使人陷入困境。

在美国，一位叫塞尔玛的女士内心愁云密布，生活对她来说已是一种煎熬。原来她随丈夫从军，没想到部队驻扎在沙漠地带，住的是铁皮房，与周围的印第安人、墨西哥人语言不通；当地气温很高，在仙人掌的阴影下都高达华氏125度；更糟的是，后来她丈夫奉命远征，只留下她孤身一人。因此她整天愁眉不展，度日如年。我们能想象她内心的痛苦，就像我们自己也会经常碰到的那样。

感到失落和无助的塞尔玛只好写信给自己的父母，希望自己能够早日回家，也希望父母

能够给自己一些慰藉。很长一段时间过去了，她终于收到了日夜期待的回信，然而拆开信一看，她顿时大失所望。父母既没有安慰她，也没有让她赶快回去。那封信里只是一张薄薄的信纸，上面也只是短短的几行字。

“两个人从监狱的铁窗往外看，

一个看到的是地上的泥土，

另一个看到的是天上的星星。”

她开始非常失望，还有几分生气，怎么父母回的是这样一封信？！但尽管如此，这几行字还是引起了她的兴趣，因为那毕竟是远在故乡的父母对女儿的一份关切。她反复看，反复琢磨，终于有一天，一道光从她的脑海里掠过。这道光仿佛把眼前的黑暗完全照亮了，她

惊喜异常，每天紧皱的眉头一下子舒展开来。

原来在这短短的几行字里，她终于发现了自己的问题所在：她过去习惯性地低头看，结果只看到了泥土。但自己为什么不抬头看？抬头看，就能看到天上的星星！而我们生活中一定不是只有泥土，还会有星星！自己为什么不抬头去寻找星星，去欣赏星星，去享受星光灿烂的美好世界呢？

她这么想，也开始这么做了。她主动学习当地人的语言，同当地的印第安人、墨西哥人成了朋友，她发现他们是那么热情好客，他们还送给她许多珍贵的陶器和纺织品作为礼物。她研究沙漠的仙人掌和土拨鼠，发现原本枯燥的沙漠中也充满了勃勃生机。她欣赏沙漠的日落日出，她感受沙漠的海市蜃楼，她享受着新

生活给她带来的一切。她发现生活一切都变了，变得使她每天都仿佛沐浴在春光之中，每天都仿佛置身于欢笑之间。后来她回美国后，根据自己这一段真实的内心历程写了一本书，叫《快乐的城堡》，引起了很大的轰动。

对于塞尔玛来说，她周围的环境改变了没有呢？显然没有，沙漠依然是沙漠，铁皮房依然是铁皮房，而周围的人还是原先的墨西哥和印第安居民。不同的是，她选择了乐观积极的生活态度，现在她的生活却与以前截然不同，充满了欢乐，星光璀璨。

德国纳粹集中营的一位幸存者，维克多·弗兰克尔曾经说过：在任何指定的环境中，人们还是有最后的自由，那就是选择自己的态度。无论在任何时候，我们都要用积极乐观的心态

看问题，积极的生活态度，可以给你带来欢乐，可以让你抛弃忧虑，驱除那些不必要的烦恼。一个人只要充满乐观，热爱生活，那么他就会得到生活和自然的回报。拥有了乐观，也便拥有了人生中一笔宝贵的财富。

为自己的生活选择阳光

环境不可改变，但心情可以改变，选择了好心情，也就选择了世界的灿烂。

在生活中，我们的心情很容易受到各种因素的影响。考试成绩不理想，工作不顺利，抑或遇窃丢失财物，让人烦恼的事情太多。而金榜题名，擢升加薪，或是偶尔读一则小笑话，都能让人高兴起来。其实，心情对生活有很大的影响力。一个人心情不好，往往整个世界在

他眼中都失去了颜色，缺乏生机，而当他心情好时，便会觉得生活中充满了激情和希望。心情的好坏对生活、工作和学习，都有着很大的影响。

不可否认，生活中存在着很多令人难过和不开心的事情，而且事实也无法改变。但是我们的心情可以改变。努力让自己的心情充满阳光，那么我们便可以感受到世界的温暖，那些不幸与哀愁，也就不会那么可怕。古希腊哲人第欧根尼，便为我们做出了很好的榜样。

第欧根尼的生活很贫穷，他所有的财产也不过是一个木桶、一件斗篷、一根棍子和一个面包袋。他没有房子，甚至连一个像样的茅屋都没有，只能居住在那个破旧的木桶之中。大清早，他随着初升的太阳睁开双眼，挠挠痒，

便在路边开始了一天的生活。他在公共喷泉边抹了把脸，向路人讨了一块面包和几颗橄榄，然后蹲在地上大嚼起来，又捧起几捧泉水送入肚中。他没有工作，也无家可归，是一个逍遥自在的人。

街市上熙熙攘攘，到处是顾客、商人、奴隶、异邦人，这时他也会在其中转悠一两个钟头。人人都认识他，或者都听说过他。他们会问他一些尖刻的问题，而他也尖刻地回答。有时他们会丢给他一些食物，他很有节制地道一声谢；有时他们恶作剧地扔给他一些卵石子，他便破口大骂，毫不客气地回敬。有人说他像一条狗一样活着，因为他全然不顾社会规范，而且还朝着鄙视他的人大声叫喊。

今天的阳光很好，第欧根尼和往常一样，

心满意足地躺在广场上，过着比波斯国王还要快活的生活，虽然他知道会有贵客来访，但仍然无动于衷。

狭小的广场上人头攒动，越来越多的人围在了第欧根尼周围。这里面有仆人、士兵、官员、文书等等，第欧根尼抬头看了一下四周，他知道他们是谁。他们都是希腊新的征服者、马其顿国王亚历山大的奴仆。

亚历山大相貌英俊，眼光炯炯有神，一副强健的身躯，披着带金的紫色斗篷，器宇轩昂，胸有成竹，他穿过两边闪开的人群走向“狗窝”。当他走近的时候，所有的人都肃然起敬，第欧根尼只是一肘支着坐起来。他走过的每一个地方，所有的人都向他鞠躬敬礼或欢呼致意，只有第欧根尼一声不吭。

亚历山大大帝从来没有遇到过如此尴尬的场景，居然有人敢无视他的存在。他打量着那个可怜的破桶，以及躺在地上的那个粗陋邋遢的人，最终以礼貌和蔼的口气先开口致以问候：“第欧根尼先生，你有什么需要我帮助的地方吗？”亚历山大大帝以为这个乞丐模样的人会向他提出金钱等物质上的需求。

“有，”第欧根尼说，“站到一边去，请不要挡住阳光。”

亚历山大大帝感到十分惊愕，他陷入了沉默。慢慢地，他转过身。那些穿戴华美的希腊人都窃笑第欧根尼是个傻瓜，马其顿的官兵们也一致断定这个“乞丐”是白痴。亚历山大沉默了很久，最后平静地对着身边的人说：“假如我不是亚历山大，我一定做第欧根尼。”这次，轮

到周围的所有人沉默了。

从物质上看，第欧根尼是贫穷的。他身无分文，靠乞讨为生。所谓的财产在他看来也不值一哂，然而第欧根尼是快乐的，是幸福的，幸福到贵为统治者的亚历山大大帝都羡慕。第欧根尼不为虚名所累，不为钱财烦恼，换做别人，恐怕早就为生活所苦，终日愁眉苦脸，第欧根尼快乐幸福，他为自己的生活选择了阳光。

环境不可改变，但心情可以改变，选择了好心情，也就选择了世界的灿烂。冬日是寒冷的，但如果你心中选择了阳光，你就会拥有阳光般的温暖。

从前，田野里居住着一群田鼠。阳光灿烂，硕果累累的秋天就要过去了，田鼠们开始

收藏果实、谷物等食物，以备过冬之用。只有一只名叫弗雷德里克的田鼠例外。

“弗雷德里克，你怎么不干活呀？”其他田鼠问道。

“我有活干呀。”弗雷德里克回答。

“那么，你收藏了什么呢？”

“我收藏了阳光、颜色和单词。”

“什么？”其他田鼠听后很吃惊，相互看了看，以为弗雷德里克在开玩笑，笑了起来。弗雷德里克没有理会它们，继续自己的收藏。

冬季很快到来了，天气变得很冷很冷，田鼠们都躲在家里，享用秋天贮存的食物。它们想到了弗雷德里克，于是便跑去问它：“弗雷德

里克，你打算怎么过冬呢，你收藏的东西呢？”

“你们先闭上眼睛。”弗雷德里克说。

田鼠们感到有些奇怪，但还是闭上了眼睛。

弗雷德里克拿出了第一件收藏品，说：“这是我收藏的阳光。”

昏暗的洞穴里顿时变得晴朗，田鼠们感到很温暖。

它们又问：“还有颜色呢？”

弗雷德里克开始描绘红的花、绿的叶和黄的稻谷，说得那么生动，田鼠们仿佛真的看到了秋季田野的美丽景象。

它们又问：“那你收藏的单词呢？”

弗雷德里克于是讲了一个动人的故事，田鼠们听得入了迷。

最后，它们变得兴高采烈，欢呼雀跃：“弗雷德里克，你真是一个诗人！”

生活中人们往往同收藏食物的田鼠们一样，终日奔波劳累，为满足物质享受，不停地收藏物质财富，以为这样就会得到幸福快乐的生活。然而往往物质财富收集得愈多，心情也会愈加糟糕，疲惫、烦恼、痛苦都会登门拜访，越是追逐，幸福快乐越和自己渐行渐远。

不妨为自己的生活选择阳光，收藏阳光。无论何时，无论我们身处何地，在奔波疲惫的路上，在心情郁闷的时候，那些阳光总会让我们变得心情舒畅，扫去暂时的阴霾，给予我们温暖，给予我们不断前行的力量。

品尝生活的乐趣

生活的快乐与幸福，源于我们的发现，源于我们的感悟。

生活中，人人都在追求快乐，人人都想拥有快乐。然而不是每个追求快乐的人，都能得到快乐，也不是每个得到快乐的人，都能享受到生活的乐趣。快乐是需要品尝的，只有追求快乐，才能得到快乐，只有善于品尝快乐，才能真正享受到快乐。

一个人去咨询心理医生，他对心理医生说："我觉得我的生活乏味透了，一点意思都没有，每天都没有好心情……"

医生听了他的这些诉说，对他说："那么我们来做一个小小的游戏吧。从明天一早你醒来

的时候开始，你就把这一天想象成是你这一生中的最后一天。躺在床上的时候，就要去想，我将再也没有机会躺回这张柔软的床上了，这也是最后一次能从睡眠中醒过来。

“然后你再下楼去吃早饭，要记住，这是你最后一顿早餐了。一定要像往常那样，请太太为你弄一些你所爱吃的东西。你最好放下报纸，跟太太好好聊聊天，因为这以后就再也没有机会见到她了。”

“这一天你在去车站的路上，要静下心来，慢慢地走，好好看看你住过的房子，还有这座小镇，也好好看看你左邻右舍的房子，因为这也是最后一次了。上了火车，你要明白这也是最后一次，下了火车，就再没机会上去了。这一天，你不喜欢的东西，也要去瞧他们一眼，

因为你很快也要和它们永别了。”

这个人答应了医生，要尽力去做这个游戏。

他一想起明天就是自己这一生中最后的一天了，于是在他回家的火车上，仔细地观察着窗外的景致，结果他发现小镇和村庄的灯光非常迷人。他真正地体会到了坐火车的乐趣。

下了火车，他一个人漫步在星空之下，月光洒了一路，他沿着街道走回家，到了家他并没有像往常那样掏出钥匙开门，而是按了门铃。门打开后，在温馨的灯光下，站着他结婚多年的妻子。他把太太紧紧搂住，并且给她了一个生平最热烈的吻。

此时此刻，他感觉真的很幸福。他决定从

明天起，在上帝给他的每一个日子里，都要好好生活，品味着生活的美好。

依然是那个村庄，依然是熟悉的村庄，依然是那个相濡以沫的妻子，现在在他看来，都充满了美丽与温馨。改变的，仅仅是他的心情，当他重新审视周围，开始留意身边的那些美好与快乐时，他的心中也便拥有了幸福与快乐。

很多时候，我们便在不知不觉中错过了许多美好的时光。学业繁重，工作繁忙，诸多因素，在忙碌中，我们渐渐忽略了周围的事物，陷入了琐碎之中。上班下班，朝着自己的每个目标努力，没有时间品尝生活中的幸福与乐趣，于是日复一日，觉得生活日渐枯燥无味。这时不妨停下自己的脚步，留意一下身边的景

致。

罗丹曾经说过，生活中并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。同样，快乐的生活，也是需要发现的眼睛才能获得。

一个对生活极度厌倦的绝望少女，打算以投湖的方式自杀。在湖边她遇到了一位正在写生的画家，画家专心致志地画着一幅画。少女厌恶极了，她鄙薄地睨了画家一眼，心想：幼稚，那鬼一样狰狞的山有什么好画的！

画家似乎注意到了少女的存在和情绪，他依然专心致志、神情怡然地作画，一会儿他说：“姑娘，来看看画吧。”

她走过去，傲慢地睨视着画家和画家手里的画。

少女被吸引了，竟然将自杀的事忘得一干二净，她真是没发现过世界上还有那样美丽的画面——他将“坟场”一样的湖面画成了美丽的长着翅膀的少女，最后将这幅画命名为《生活》。

少女的身体在变轻，在漂拂，她感到自己就是那袅袅婀娜的云……

良久，画家突然挥笔在这幅美丽的画上点了一些脏垢麻乱的黑点，像污泥，又像蚊蝇。

少女惊喜地说：“星辰和花瓣！”

画家满意地笑了：“是啊，美丽的生活是需要我们自己用心发现的呀！”

我们往往习惯于哀叹自己的不幸与失落，抱怨上帝没有赐予我们幸福与快乐，却忘记了

快乐其实就在我们身边，只是我们常常丢掉了发现快乐的心灵，忘记了转身看看。充满了绝望的少女，看到山水都是令人讨厌的；当她心里重新充满希望后，山水在她眼中也变得漂亮起来。生活正是如此，我们用什么样的眼睛看待它，它就回报给我们什么样的景色，或美或丑，其实都是我们自己的选择。

现在生活的节奏越来越快，大家对于物质享受的追求越来越高，却逐渐忽略了心灵的享受，于是觉得生活变得枯燥无味。幸福快乐的生活，需要一定的物质条件，但仅仅拥有优越的物质条件，不一定能够拥有幸福快乐的生活。

有这样的一些人，他们收入丰厚、衣食无忧，但经常会为一些不如意的琐事而烦恼，或

者为自己的生活不如别人而心存妒嫉。他们感觉不到生活的幸福。还有这样一些人，他们高官厚禄，养尊处优，但经常要处心积虑地以权谋私；又因担心事情败露会受到法律的制裁而终日惶恐。他们也感觉不到生活的快乐。

有些人的物质生活并不富足，却能感受到生活的幸福快乐。孔子的一个弟子颜回，居住在一个破陋的房子中，每天过着“一箪食，一瓢饮”的生活，但依然十分快乐。大诗人陶渊明，生活贫苦，却“不为五斗米折腰”，保持自我，品味着生活，享受着“采菊东篱下，悠然见南山”的快乐，怡然自得。

生活的快乐与幸福，源于我们的发现，源于我们的感悟。放缓我们行走的脚步，闻一缕路边野花的芬芳，原来它们比装在橱窗中的玫

瑰更加沁人心脾。

积极面对生活，愈挫愈勇

拿破仑曾说过这样一句话：“最困难之时，就是离成功不远之日。”

人生从来不缺乏苦难。芸芸众生，没有谁的人生是一帆风顺的，都会在人生的道路上遇到大大小小的挫折，人生从来没有绝对的坦途。很多人天赋超常，但遭遇挫折与失败时，却往往被挫折打败，自暴自弃，最终只落得一生叹息。也有很多人，虽然平凡，在挫折与失败面前却依然奋力拼搏，走过那些坎坷的路，谱就了一曲辉煌壮丽的人生之歌。

失败与挫折，恐怕没有人会喜欢它们。不

可否认的是，它们也是生活中的一部分。生活用这种特殊的方式关爱我们，锻炼我们，让我们不断成长。失败不可怕，关键在于对待失败的态度。自强者知道这是成长的路上所必须经历的磨难，更能从中体验到战胜困难、超越自我的快乐。每个人都应如此，遭遇失败后，给自己一个微笑，鼓励自己继续前进。感谢这些磨难，让自己变得更加坚强，学会拥抱苦难，走向成功。

看看那些伟人的事迹，我们会发现他们并不是如我们想象的那么幸运，在成功到来之前，他们更是经历了超出凡人的磨难。

巴雷尼很小的时候得了一场大病，因此落下了残疾。看着可怜的孩子，母亲的心如刀割一般，她哀叹上帝的不公，自己的孩子是如此

地不幸。她知道，孩子现在最需要的是鼓励和帮助，而不是妈妈的眼泪，她必须给予他信心和力量。坚强的妈妈忍住了自己的悲痛，走到了巴雷尼的面前，拉着他的手说：“孩子，妈妈相信你是个有志气的人，希望你能用自己的双腿，在人生的道路上勇敢地走下去！巴雷尼，你能够答应妈妈吗？”

母亲的话，像铁锤一样撞击着巴雷尼的心扉，他“哇”地一声，扑到母亲的怀里大哭起来。

从那以后，妈妈只要一有空，就带巴雷尼练习走路，做体操，常常累得满头大汗。有一次妈妈得了重感冒，她想，做母亲的不仅要言传，还要身教。尽管发着高烧，她还是下床按计划帮助巴雷尼练习走路。黄豆般的汗水从妈

妈脸上淌下来，她用干毛巾擦擦，咬紧牙，硬是帮巴雷尼完成了当天的锻炼计划。

体育锻炼弥补了由于残疾给巴雷尼带来的不便。母亲的榜样作用，更是深深教育了巴雷尼，他终于经受住了命运给他的严酷打击。他刻苦学习，成绩一直在班上名列前茅。最后，以优异的成绩考进了维也纳大学医学院。大学毕业后，巴雷尼以全部精力，致力于耳科神经学的研究。最后，终于登上了诺贝尔生理学和医学奖的领奖台。

巴雷尼是不幸的，在年少之时便遭遇残疾病患；巴雷尼是幸运的，因为他拥有了一位如此优秀的妈妈。在挫折面前，他选择了坚强，选择了用积极的态度面对不幸，取得了令人钦佩的成就。著名的物理学家霍金，由于一场疾

病，丧失了运动能力，后来甚至丧失了语言能力，只能靠语音合成器与别人交流，然而他并没有因此放弃自己的人生，而是更加坚强地去面对生活，最终成为了物理界的权威泰斗。

其实相比于巴雷尼和霍金，大部分人所经历的挫折和失败往往没有如此沉重。或是事业低谷，或是感情失意，或是经济困难，很少让人陷入活不下去的绝境。只是当我们遇到挫折时，让挫折吓住了自己，自己在心理上已经投降了，觉得失败是必然的，于是不再努力，认为自己的能力只限于此，失败也便真的如同“必然”的接连到来了。看看那些成功的人们，那些令人艳羡的光鲜背后，他们大多遭遇了比常人更多的困难。我们不能单单只停留在失败上，要微笑着面对失败，积极面对生活。

1832年，林肯失业了，这显然使他很伤心，但他下定决心要当政治家，当州议员。糟糕的是，他竞选失败了。在一年里遭受两次打击，这对他来说无疑是痛苦的。接着，林肯着手开办企业，可不到一年，这家企业又倒闭了。在以后的17年间，他不得不为偿还企业倒闭时所欠的债务而到处奔波，历经磨难。随后，林肯再一次决定参加竞选州议员，这次他成功了。他内心萌发了一丝希望。认为自己的生活有了转机：“可能我可以成功了！”

1835年，他订婚了。但离结婚的日子还差几个月的时候，未婚妻不幸去世。这对他精神上的打击实在太大了，他心力交瘁，数月卧床不起。1836年，他得了神经衰弱症。1838年，林肯觉得身体良好，于是决定竞选州议会议长，可他失败了。1843年，他又参加竞选美国

国会议员，这次仍然没有成功。

虽然一次次地不断努力尝试，但林肯收获地却是一次次的失败：企业倒闭，情人去世，竞选败北。这些挫折，放在别人身上，恐怕早就产生了放弃的念头，林肯没有放弃，失败过后，他总是迎难而上。

终于，他的努力得到了回报，在1946年，他竞选国会议员成功。不过好景不长，两年后，他竞选议员连任失败，他又竞选本州的土地官员，然而又失败了。不断的失败，却让林肯愈挫愈勇，他坚持着自己的信念与追求，勇敢地改变自己的生活。最终竞选美国总统成功，林肯成为最具历史影响力的美国总统之一。

无数历史事实和社会实践证明：挫折几乎

伴随着人们生命的全部过程，它像埋伏在人生旅途中的顽皮鬼，于不经意间绊你一个或大或小的跟头，使你陷入人生灰色的圈子从而备感焦虑，甚至失意彷徨，难以自拔。

遇到挫折的时候，不妨停下我们匆匆追逐的脚步，也许我们需要休息一下了。把失败当成一个驿站，为自己的心灵洗一个热水澡，放开心胸，美美地睡上一觉。休憩疲惫的身心，总结过往的经验，才能让我们遭遇的挫折和失败有意义。失败并不可怕，冬天来了，春天还会远吗？

拿破仑曾说过这样一句话：“最困难之时，就是离成功不远之日。”成功是经过多次磨练而成的，所以我们应该好好珍惜。学会面对挫折与失败，面对生活的打击，这也是生命的一种

赠予。无需沮丧，不必伤心，学会感受生活中的美好。只有经历了大海的波涛汹涌才知道湖泊的平静；只有走过了飞沙的荒漠，才知道绿洲的宝贵。没有失败的痛苦就体验不到成功的甘甜，没有生活的打击就体验不到平淡生活的幸福，这一切，我们都要用心感受，微笑面对！

自卑是自己最大的敌人

只要勇敢地行动起来，自卑便会在奋斗的过程中慢慢被你克服。

也许在我们的内心深处有一些自卑感。实际上，不同年龄的人，不同角色的人，都存在着自卑现象。有的人相貌英俊，可能会因为囊中羞涩而自卑；有的人腰缠万贯，可能会因为

才疏学浅而自卑；有的人虽然才识过人，却可能因为自身相貌而自卑。每个人的心中或多或少都有一些自卑，自卑并不可怕，可怕的是让自卑占据了整个心灵，从而丧失了不断前进的勇气，自卑如同乌云，在心中愈积愈厚，最终挡住了希望和快乐的阳光。

也许你会认为，因为默默无闻，所以我们自卑，因为自卑，所以我们会默默无闻。成功人士都不自卑吗？不妨先读一下这个小故事。

十几年前，他从一个仅有20多万人口的北方小城考进了北京的大学。上学的第一天，与他邻桌的女同学第一句话就问他：“你从哪里来？”而这个问题正是他最忌讳的，因为在他的逻辑里，出生于小城，就意味着小家子气，没见过世面，肯定被那些来自大城市的同学瞧不

起。

就因为这个女同学的问话，使他一个学期都不敢和同班的女同学说话，以致一个学期结束的时候，很多同班的女同学都不认识他！很长一段时间，自卑的阴影都占据着他的心灵。最明显的体现就是每次照相，他都要下意识地戴上一个大墨镜，以掩饰自己的内心。

二十年前，她也在北京的一所大学里上学。大部分日子，她也都在疑心、自卑中度过。她疑心同学们会在暗地里嘲笑她，嫌她肥胖的样子太难看。

她不敢穿裙子，不敢上体育课。大学生活要结束的时候，她差点儿毕不了业，不是因为功课太差，而是因为她不敢参加体育长跑测试！老师说：“只要你跑了，不管多慢，都算你

及格。”可她就是不跑。她想跟老师解释，她不是在抗拒，而是因为恐惧，恐惧自己肥胖的身体跑起步来一定非常愚笨，一定会遭到同学们的嘲笑。可是，她连向老师解释的勇气也没有，茫然不知所措，只能傻乎乎地跟着老师走。老师回家做饭去了，她也跟着。最后老师烦了，勉强算她及格。

在最近播出的一个电视晚会上，她对他说：“要是那时候我们是同学，可能是永远都不会说话的两个人。你会认为，人家是北京城里的姑娘，怎么会瞧得起我呢？而我则会想，人家长得那么帅，怎么会瞧得上我呢？”

他，现在是中央电视台著名主持人，经常对着全国几亿电视观众侃侃而谈，他主持节目给人印象最深的特点就是从容自信。他的名字

叫白岩松。

她，现在也是中央电视台著名节目主持人，而且是第一个完全依靠才气而丝毫没有凭借外貌走上中央电视台主持人岗位的。她的名字叫张越。

看了他们的故事，恐怕你正心存怀疑吧，现在坐在镜头面前对着几亿人侃侃而谈的白岩松和张越，当年也曾如此自卑？答案是肯定的，他们与大多数人相同，有着很多人也有的自卑，然而他们与大多自卑的人不同的是，他们没有被自卑所打败，而是战胜了自卑，才没有被埋没在茫茫人海，最终成就了今天的辉煌人生。

我们常常会感觉自己很多方面不如别人，没有自信，渐渐产生了自卑心理。慢慢地，自

卑给我们带来的心理负担越来越重，给自己带上了沉重的精神枷锁。自卑，让我们的意志变得薄弱，让我们丧失了面对困难的勇气，于是当真正遇到困难时，让我们变得更加无力面对，在困难面前缴械投降。这种失败感可能会进一步影响我们的内心，让我们变得更加自卑。由于不断的恶性循环，成功与我们渐行渐远，幸福快乐也变得遥不可及。

其实，只要能正确地认识自己，能全面地看待别人和自己，我们就会发现，原来自己并没有那么差。或许很多时候我们的看法太过于主观和片面，或者是太在意别人的看法或想法，或许是我们恰好处在低谷期。别人的看法也带有一定的主观片面因素，对于那些好的建议和看法，我们自然要虚心接受，而有些刻薄片面的评价，大可不必在意。也许有些事情，

我们刚开始做得不好，看到别人做得好，会觉得自己能力不行，产生自卑感，只要我们勤加练习，找到做事情的要诀，也一定会完成得很好。

贝多芬的一生几近绝望，但他有坚强的性格，不自叹自卑，具有对挫折的忍受力，在艰难的遭遇中百折不挠地生存着，并且为世人创造了奇迹。他的听觉从小就有缺陷，在28岁时，已经聋得很厉害。又过了4年，他的听力逐渐下降，只能靠听筒听乐队的声音。就在这时候，他写出了美妙的第二交响曲。后来，他的耳朵全聋了，但他不向命运屈服，又写出了英雄交响曲、月光交响曲和第五交响曲。在他全聋了25年以后，写出了第九交响曲。

失去听力，对于一个普通人来讲已经很不

幸，而对于一个从事音乐创作的人来说，简直就是在扼杀他的生命。然而在不幸面前，贝多芬并没有自卑，反而将这种自卑转化成了前进的动力。正是经历了如此磨难，他对命运的理解才变得更加深刻，他谱写的《命运》一曲才成为了震撼人心的传世佳作，历代流传。

很多时候自卑来自于失败产生的挫折感。人的一生中，需要面对的困难有很多很多，我们必须想尽办法克服困难，而不是被困难所打败。只要勇敢地行动起来，自卑便会在奋斗的过程中慢慢被你克服。多多学习优秀者的经验，在摔倒后不断地爬起来，踏过挫折继续前进，就能到达理想的彼岸。

有缺点，没关系；别人看不起自己，没关系；很自卑，没关系。只要勇敢地直面自己，

努力奋斗，缺点可以改掉，别人对我们的看法也会改变，这些问题都将统统被你解决。拿破仑身高不高，却成为了雄霸欧洲的一代帝王，没人敢小看他；罗斯福腿有残疾，依然在二战中扭转乾坤，为盟军的胜利立下了赫赫功勋。不要再让自卑蒙蔽自己的心灵，勇敢地迈出前进的脚步，让自信的笑容浮现脸庞，你的成功也终将到来。

莫让贪婪蒙蔽了双眼

人的欲望是无止境的，贪得无厌的人其实是在愚弄自己。

当今社会，人们的物质生活水平得到了极大的提高，然而与之一起提高的，还有人们的贪婪。很多人虽然有了宽大的房子，有了精美

的汽车，然而他们总觉得自己拥有的不够多，看到别人的房子更大，看到别人的汽车更好，于是便心生嫉妒，产生了强烈的追求欲望。他们更加努力地工作，以致废寝忘食，他们不断地加快追逐的脚步，始终想要拥有的更多。到最后，他们甚至忘记了自己想要的是什么。

如果他们肯停下自己的脚步，好好查看自己所拥有的，其实已经很多了，然而贪婪的欲望，却促使他们不断地去追逐更多。他们可能在物质上不断地富足，这种不知足的心态却让他们感受不到快乐，始终处于焦虑和不满之中。而事实上，一个人快乐与否，并不取决于他有多少金银财宝，而是取决于他的心灵。

有个富翁去海边旅游，看见一个渔夫正悠闲地躺在沙滩上晒太阳，便责备他说“大好时

光，你怎么不多打点鱼呢？”渔夫反问道：“打那么多鱼干嘛？”富翁说：“卖钱啊！”渔夫再反问：“卖那么多钱干嘛？”富翁说：“有了钱，就能像我这样，有自由，有快乐，悠闲地在这片美丽的海滩上散步。”渔夫说：“我现在不正快快乐乐地躺在沙滩上吗？”富翁听后默默地转身走了。

有一句话说：“一个人的幸福不在于他拥有的多，而在于他计较的少。”富翁计较的多，终日繁忙，即使难得有一天抽空出来走走，也放不下心中的贪欲，即便是欣赏美好的阳光，他的心中也无法安闲。而渔夫计较的少，相比富翁他虽然贫穷，却怡然自得，幸福快乐。

贪婪并不能给人带来快乐和幸福，却能让人丧失原本拥有的快乐。小时候，我们骑着自

行车潇洒地满大街转，无忧无虑快快乐乐；长大后，我们坐上了舒适的汽车，却很难找到当初的那些洒脱和快乐。一个人，如果被无止尽的贪婪占据了心灵，那么他的快乐人生也会被贪婪悄悄地偷走。有些人，为了满足自己的欲望，甚至铤而走险，做出败坏品行，危害社会和他人的事情来。

有这样一个故事：

一天傍晚，两个非常要好的朋友在林中散步。这时，有位僧人从林中惊慌失措地跑了出来，两人见状，便拉住那个僧人问道：“你为什么如此惊慌，到底发生了什么事情？”

僧人忐忑不安地说：“我正在移植一棵小树，却忽然发现了一坛子黄金。”两个人感到好笑，说：“这僧人真蠢，挖出了黄金还被吓得魂

不附体，真是太好笑了。”然后，他们问道：“你是在哪里发现的，告诉我们吧，我们不害怕。”僧人说：“还是不要去了，这东西会吃人的。”两个人异口同声地说：“我们不怕，你就告诉我们黄金在哪里吧。”

僧人告诉了他们具体的地点，两个人跑进树林，果然在那个地方找到了黄金。好大的一坛子黄金！其中一个人说：“我们要是现在把黄金运回去，不太安全，还是等天黑再往回运吧。这样吧，现在我留在这里看着，你先回去拿点饭菜来，我们在这里吃完饭，等半夜时再把黄金运回去。”于是，另一个人就回去取饭菜去了。

留下的人心想：“要是这些黄金都归我，那该多好呀！等他回来，我就一棒子把他打死，

那么，这些黄金不就都归我了吗？回去的那个人也在想：“我回去先吃饱饭，然后在他的饭里下些毒药。他一死，黄金不就都归我了吗？”

回去的人提着饭菜刚回到树林里，就被另一个人从背后用木棒狠狠地打了一下，当场毙命了。然后，那个人拿起饭菜，狼吞虎咽地吃了起来。没过多久，他的肚子里就像火烧一样地疼，这才知道自己中毒了。临死前，他想起了僧人的话，他的话真的应验了，自己当初怎么就没有明白呢？

假如没有这坛金子，两个好朋友恐怕依然会快快乐乐地，每天傍晚在林中散步，享受着生活的美好。金子激发了两个人的贪欲，最终导致两个人反目成仇，痛下毒手。贪婪，让人变得自私，将幸福快乐推向无底的深渊。

人们总是渴望着得到某些东西，认为得到这些东西之后就会变得快乐。然而一旦得到之后，人们往往想要得到的更多。这种无法满足的贪婪让人们同幸福快乐背道而驰，渐行渐远。做人不能贪得无厌，要珍惜现在手中所拥有的。

俄国诗人普希金曾经写过一个童话故事，名字叫做《渔夫和金鱼的故事》。一对老夫妻生活在海边的一所破房子里，他们很贫穷，每天老头出海打鱼，老太太则在家织布洗衣，处理家务，虽不富足，但生活也算快乐。

一天渔夫捕到一条金鱼，金鱼请求渔夫放了她，为了报答救命之恩，她愿意答应渔夫的任何请求。好心的渔夫没有要报酬，将金鱼放回了大海。当他回家和老太太讲起他的奇遇

时，没想到老太太对他破口大骂，让他去找金鱼讨要报酬。

开始，老太太只是让老头向金鱼要了一个新木盆，然后是一座新房子。拥有了这些之后，老太太的欲望并没有得到满足，反而更加贪婪，她想要做贵妇人，想要做女王，金鱼都一一实现了她的愿望。没想到最后，她居然想要做海上的霸王，让金鱼服侍她。老头向金鱼讲了老太太的要求，金鱼没说什么，游回了深海。老头回到家，发现他们依然住在破房子里，用的还是那个破木盆，金鱼收回了她曾经允诺他们的一切。

贪婪是可怕的，生命之舟载不动太多的物欲和虚荣。如果老太太的欲望能适可而止，恐怕也不至于落到破房子和破木盆的境地。人常

常会因为贪婪而犯傻，做出很多愚蠢的事情来。所以我们要控制自己的欲望，不要让贪婪蒙蔽了自己的眼睛，甚至侵蚀了我们的心灵。贪婪是一种顽疾，人极易成为它的俘虏，变得越来越贪婪。

人的欲望是无止境的，贪得无厌的人其实是在愚弄自己。我们感受不到幸福快乐，很多时候便是因为我们想要的太多，如果适当放下贪婪，我们的生活会变得更加美满，我们的心中也会充满美好。

不要为打翻的牛奶哭泣

如果你还在为错过太阳而流泪，那么你将会错过月亮和星星。

在我们的生活中，意想不到的事情常常发生。月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，在漫漫人生路上，会有意外的幸运忽然降临，也有始料不及的灾祸挫折。因为种种原因，我们常常面临着出乎意料的失去，有财物的失去，有健康的失去，有机遇的失去……失去不可避免，但而我们如何面对失去呢？

在纽约的一所中学任教的保罗给他的学生上过一堂难忘的课。他所教的班级中的很多学生常常为自己的成绩感到不安。他们总是在交完考试卷后充满忧虑，担心自己不及格，以致影响了接下来的学习。

一天，保罗在实验室里讲课，他先在桌上放了一瓶牛奶，沉默不语。学生们不明白这瓶牛奶和所学的课程有什么关系，只是静静地坐

着，望着老师。保罗忽然站了起来，一下把那瓶牛奶打翻到了水槽里，同时大喊了一句：“不要为打翻的牛奶哭泣。”然后他让学生们围到水槽周围仔细地看一看，“我希望你们永远记住这个道理，牛奶已经洒光了，不论你怎么样后悔和抱怨，都没有办法把它们取回。如果能事先想一想，加以预防，那瓶牛奶还可以保住，可是现在晚了，我们现在所能做到的，就是把它忘记，不再犯同样的错误，然后集中精力去做下一件事情。”

多年以后，这些学生都已长大成人，扮演着不同的社会角色，然而他们几乎都能清楚地记得这堂课，记得保罗老师的教导。人生漫漫的征途上，总会伴随许多困难、挫折，重要的不是我们失去了什么，而是我们学会了什么，得到了什么。我们每做一件事情，都会有经验

和教训产生，经验固然可贵，教训也是不容忽视的。我们不能沉湎于教训的打击，因为我们还要前进。我们需要时刻保持这样的心态："不要为打翻的牛奶哭泣。"

我们常常有这样的感慨，人们总是习惯于得到而害怕失去。尽管每个人都懂得"有得必有失"的道理，但人们依旧认为得到了可喜，而失去则是可惜可叹。每有所失，总要难受一阵，也会为自己的不小心而生气，甚至痛苦。

也许由于自己的不小心，你把一杯可口的牛奶打翻了，一段时间内，你可能会自责不已。不过你应该记住：牛奶被打翻，这已经不可改变，过分地伤心自责，只能让自己的生活更加烦恼。泰戈尔曾经说过：如果你还在为错过太阳而流泪，那么你将会错过月亮和星星。

及时地调整好心态，才是我们真正需要做的。

一天，一个外国人在轮船甲板上看报纸，突然一阵大风把他头上戴的一顶新帽子刮进大海。这位先生摸了摸自己的脑袋，看了看正在飘入海中的帽子，又继续看起报纸来。“先生，你的帽子被刮进大海里了。”“哦，知道了，谢谢！”说完他继续看报纸。“你……怎么不……”“我为什么非要抱怨一下呢？”“可那帽子看起来值几十美元呢！”“是的，我正在考虑如何省钱再买一顶呢！我也很心疼，但我能让它飞回来吗？”人们不能不佩服这位先生的豁达与潇洒：失去的已经失去，何必为此而烦恼伤心或耿耿于怀呢？

还有一个故事：一位老人刚买的新鞋不慎从飞速行驶的列车窗口掉下去一只，周围的旅

客无不为之惋惜，不料老人毅然把剩下的那只也扔了下去。众人大惑不解，老人坦然一笑：“鞋无论多么昂贵，剩下一只对我来说也没什么用了。把它扔下去，捡到的人就可能得到一双新鞋，说不定他还能穿呢。”老人的举动看似反常，实则透露着睿智：与其抱残守缺，不如果断放弃。这种坦然面对失去的豁然心态，令人敬佩，也发人深省。

在我们的生活中，常常为了失去而懊恼，为了以前的过错而懊恼，将今天的时间浪费掉了。每个人的生命都是有限的，我们应该正确地对待得失和过错，学会坦然面对。只有如此，曾经的过错才会变得有意义，曾经的失去才能让自己有所收获。

著名棒球手康尼·马克在谈自己如何对待输

球的烦恼时说："过去我常常为输球而烦恼不已。现在我已经不做这种傻事了，既然已经成为过去，又何必沉浸在痛苦的深渊里呢？流入河中的水，是不可能取回来的。"失去的东西是不可能回来的，所以，我们不应该为此事而生气，而是应该学会坦然面对失去的东西。

牛奶洒了，不能再收回；流水入海，不能再取回。对于失去的东西，我们没有必要过分地伤心难过。有位禅师曾说过："人生只有三天：昨天、今天和明天。活在昨天的人迷惑、活在明天的人等待、活在今天的人踏实。"牛奶洒了，不要觉得可惜，我们要做的是注意不要让下一瓶牛奶也被打翻。

生命是有限的，但人们在有限的生命里究竟把多少时间用在了现在，用在了明明白白的

眼下之所为？在时间的长河里，昨天已经过去，明天还没有来到，只有今天属于自己，属于已经兑现了的“现在”。但很多时候，人们却把时间用在了沉湎旧事旧情旧物上，用在了对往事中某些失误的悔恨上，而这一切都是没有意义的，都是对时间的浪费。为已经过去了的事情忏悔、愁闷、叹息是毫无价值的。这样做不但浪费了你的时间，浪费了你的情感，也浪费了你的精力和生命。

不要为打翻的牛奶感到可惜，如果我们只将“今天”用来为“昨天”的不幸悲哀，那么明天的我们只能为“今天”的虚度光阴而悔恨。在这个世上，谁都有犯错的时候，牛奶打翻在地既成事实，再怎样哀叹也于事无补。它不会吝惜你的眼泪，也不会被你所感动。唯一能做的就是忘记，重新再来，不要沉迷于过去的错误而不

能自拔。

同虚荣心勇敢地说“不”

其实虚荣，只不过是“三把石粉”。

如果别人问我们：“你虚荣吗？”恐怕我们很少会承认。不过当静下心来，扪心自问，我们是否真的有虚荣心呢？答案恐怕大多都是肯定的。而在我们周围的生活中，虚荣的例子也比比皆是。有的人明明不富裕，但看到别人买了新车，自己借钱也要买；在工作中取得了一点成就，便扬扬得意，目中无人；有的人明明没有那么大的能力，却四处“打肿脸充胖子”，炫耀自己；有的人看到别人婚礼豪华，于是也跟着攀比，讲排场，讲场面，最终让自己苦不堪言。

虚荣是一种普通的心理状态，无论古今中外，男女老少，穷人富人，都会有。托尔斯泰就曾说过，没有虚荣心的人生几乎是不可能的。反省一下我们自己，恐怕自己在平日里就曾因为虚荣心的驱使，做过一些可笑的事，说过一些可笑的话。一点点虚荣无伤大雅，但是虚荣心不断膨胀，便会让自己的生活陷入慌乱之中。莫泊桑有一篇小说《项链》，便刻画了一个爱慕虚荣的女人形象。

马蒂尔德出生于一个小职员家庭，长大后她嫁给了一个小职员，过着平凡的生活。她总是幻想着过上宫廷华美奢侈的生活，不过这些都只能是幻想。一天，她的丈夫回家后，高兴地拿出一张请柬，上面写着邀请他们夫妻去参加一个盛大的晚宴，在那里他们将会看到很多上流人物。

马蒂尔德看了请柬却并不高兴，反而十分愤怒，她认为自己没有好的服装可以穿，参加高级晚会简直就是去丢脸。无奈的丈夫只好拿出存了很久的积蓄，让她做一件漂亮的衣服。马蒂尔德有了漂亮的衣服，却又觉得自己没有漂亮的饰品，于是向自己的好朋友借了一串项链作装饰。

晚会上，马蒂尔德确实风光照人。然而她回来后，却发现不小心弄丢了项链。碍于面子，她没有向朋友说明情况，而是去商店花高价买了一串项链归还朋友。而自己和丈夫，则勤俭度日，辛苦工作了十年才还清了贷款。

有一天，马蒂尔德同老朋友偶遇，她的朋友简直都认不出她来了，十年的艰苦生活，已经将她变成了一个饱经沧桑的妇人。而当她提

起丢失项链的事情时，她的朋友告诉她，那串项链是假的，值不了多少钱的。

如果不是爱慕虚荣，马蒂尔德也不必去找朋友借项链；如果不是爱面子，她大可当时和朋友讲明丢项链的事情，那么顶多是买一串假项链偿还朋友。然而正是她的虚荣心，为了一串假项链，付出了十年的青春。

虚荣是一种被扭曲了的自尊心。人人都有自尊心，都希望得到社会的承认，这是一种正常的心理需要，然而虚荣心过强，往往会为了得到这种虚伪的满足感而采取撒谎、欺骗等很多非正常的手段，甚至可能害人害己。先贤孟子笔下有一个齐国人，他便是通过欺骗家人来满足虚荣。

齐国有一个人，家里有一妻一妾。丈夫每

次出门，必定是吃得饱饱地，喝得醉醺醺地回家。妻子问他与他一起吃喝的是些什么人，据他说全都是些有钱有势的人。妻子告诉妾说："丈夫出门，总是酒醉肉饱地回来，问他和些什么人一起吃喝，据他说全都是些有钱有势的人，但我们却从来没见过什么有钱有势的人物来过家里，我打算悄悄地看看他到底去些什么地方。"

第二天早上起来，她便尾随在丈夫的后面，走遍全城，没有看到一个人停下来和她丈夫说过话。最后他走到了东郊的墓地，向祭扫坟墓的人要些剩余的祭品吃，如果不够，就又东张西望到别处去乞讨——这就是他酒醉肉饱的办法。

妻子回到家里，告诉他的妾说："丈夫，是

我们终身依靠的人，现在他竟然是这样的……”二人在庭院中咒骂着、哭泣着，而丈夫却不知道，得意扬扬地从外面回来，在他的两个女人面前摆威风。

虚荣的危害，可能是无声无息地，悄悄地潜入我们的心灵，不为我们的眼睛所觉察。等我们为它所累的时候，又难以放下面子，彻底地摒弃它。故事中的齐国人，每天只知出门混吃混喝，回家便向妻妾谎言欺骗，让她们以为自己在外面很风光，满足自己的虚荣心，等到妻妾发现了事实，他却还浑然不知，依然自欺欺人。

也许通过虚荣，很多人让自己有了飘飘欲仙的感觉，以为自己真的功成名就很了不起，真的高人一等步入豪华贵族，其实虚荣，只不

过是“三把石粉”。

意大利著名的雕塑家米开朗琪罗曾在佛罗伦萨雕刻了一尊石像。这是一件伟大的作品，佛罗伦萨市民万人空巷，前来瞻仰他的巨作，最后连市长也被惊动，亲自来观看雕像。众多权贵围在雕像前窃窃私语，等待市长发表意见。

市长傲慢地朝雕像看了几眼，问道：“作者来了吗？”

米开朗琪罗被人请到市长面前，市长说：“雕石匠，我觉得这个石像的鼻子低了点，影响了整个雕像的艺术氛围。”

米开朗琪罗听罢说：“尊敬的市长，我会按照你的要求加高石像的鼻子。”

说完，米开朗琪罗让助手取出工具，提着石粉对石像的鼻子进行加工。米开朗琪罗在石像的鼻子上抹着石粉。抹了一会儿，他来到市长面前，说："尊敬的市长，我已经按照你的要求加高了石像的鼻子，你看现在行吗？"

市长看了看点点头说："雕石匠，现在好多了，这才是完美的艺术。"

市长走后，米开朗琪罗的助手百思不解，问："你只是在石像的鼻子上抹了三把石粉，石像的鼻子根本没有加高。"米开朗琪罗说："可是，市长认为高了。"

市长并不懂艺术，可是他爱慕虚荣，假装自己很懂艺术，对大师的作品指指点点，而大师也明白其中道理，只是抹了三把石粉，便满足了市长的虚荣心。

爱慕虚荣，容易使人丧失自我，面对很多不可能的事情勉强为之。爱慕虚荣，最终会被朋友抛弃，最终失去正常的人际交往。虚荣心就像魔鬼，潜移默化地危害着人类的身心健康。我们要警惕虚荣心的危害，同虚荣勇敢地说：“不！”

放弃无意义的固执

固执和执著只有一字之差，产生的结果却相差千里。

我们在生活中，有时会评价某人是一个执著的人，而有些人我们则会称之为固执，那么执著和固执有什么区别呢？比如做一件事情，如果选对了方向坚持不懈地走下去，那么便是执著，如果选错了方向还不知悔改，依然一意

孤行，那么便是固执。固执的人通常坚持自己的想法和看法是正确的，而且自以为是，不肯改变，不愿意接受别人善意的劝告和建议。

在我们身边，当需要对某个问题表明态度或者做法的时候，有很多人喜欢说“我这样一定是对的”，毫不在意别人的意见和看法。这种固执己见，往往会对自身造成很大的伤害。在追求成功的道路上，坚持不懈地努力是必须的。但是如果只是顽固地坚持，只会让自己错过更多成功的机会，不断地让自己经受挫折，离成功越来越远。

有这样一个故事，在某个小村落，下了一场非常大的雨，洪水开始淹没全村，一位神父在教堂里祈祷，眼看洪水已经淹到他跪着的膝盖了。一位救生员驾着舢板来到教堂，对神父

说：“神父，赶快上来吧！不然洪水会把你淹死的！”神父说：“不！我深信上帝会来救我的，你先去救别人好了。”

过了不久，洪水已经淹过神父的胸口了，神父只好勉强站在祭坛上。这时，又有一个警察开着快艇过来，对神父说：“神父，快上来，不然你真的会被淹死的！”神父说：“不，我要守住我的教堂，我相信上帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。”

又过了一会儿，洪水已经把整个教堂淹没了，神父只好紧紧抓住教堂顶端的十字架。一架直升飞机缓缓地飞了过来，飞行员丢下绳梯之后大叫：“神父，快上来，这是最后的机会了，我们可不愿意见到你被洪水淹死！”神父还是意志坚定地说：“不，我要守住我的教堂！上

帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。上帝会与我共在的！”

洪水滚滚而来，固执的神父最终被淹死了。

神父上了天堂，见到上帝后很生气地问道：“主啊，我终生奉献自己，战战兢兢地侍奉您，为什么您不肯救我！”上帝说：“我怎么不肯救你？第一次，我派了舢板来救你，你不要，我以为你担心舢板危险；第二次，我又派一只快艇去，你还是不要；第三次，我派一架直升飞机来救你，结果你还是不愿意接受。所以，我以为你急着想要回到我的身边来，可以好好陪我。”

假如神父早点随救生人员离开，也就不至于落得被水淹死的结局，正是他的固执己见，

让他丧失了生命。坚守信念无可非议，但当它变成一种顽疾时，就与成功相悖了。毫无意义的坚持，会使自己沿着错误的方向不知改变，让自己走进悬崖峭壁，让车到山前变得“无路可走”。只有适当地放弃那些固执，才能柳暗花明，让自己重新找回宽阔的大道，走向成功。

人应该执著，但绝对不能固执，世界上有很多东西无法改变，我们应该学会改变自己，适应那些无法改变的。

一位非常有威望的大师说，他通过意念能把远处的大山召唤过来，当大师开始操作这件事的时候，许多人慕名而来，要和大师一起见证这一历史性的时刻。

到了约定的时间，大师便开始面向大山的方向，大声说“过来吧，大山。”之后，大师问

周围的人，山有没有近一点点，大多数人都说没有。然后大师继续说“过来吧，大山。”如此重复了几个小时，周围的人依然说大山没有过来，于是大师继续召唤，一直从早上呼唤到太阳下山，大山依然没有近一点点，不耐烦的人们早已经离开大半。

最后，大师领着众人向大山的方向走了几步，又问众人，山有没有近一点点，众人说好像有一点了。大师继续领着众人向山的方向走动，直到山底下，问众人“现在大山有没有过来？”众人恍然大悟。

大师说：“如果山不过来，我就过去，这是我一辈子的所悟。”

固执是一种不理智的坚持。山自己并不会移动，如果只是固执地在原地等待山过来，那

么山一辈子都不会来到我们面前。愚蠢的固执，使人们的思想变得僵硬，让人们失去了更多进步的机会，让生命变得失色。

执著和固执只有一线之隔，执著多一点便成了固执，然而执著和固执所产生的结果却是有天壤之别的。做人做事都应该执著而不要固执，认清自己的方向，听进别人的劝告，灵活地适应环境，这样才能做一个生活的智者，最终取得成功。

第三章 鱼跃龙门——让自己变得更优秀

没有人是天生的成功者，也没有人是天生的失败者。每个婴儿呱呱坠地，大家都是平等的，之所以大家拥有着不同的人生，是因为每个人作出了各自不同的选择。人生路漫漫，只有选择最有效的途径和方法，才能使自己获得更大的进步和提高。为自己选择一个目标吧，抛弃沉重的杂念，扬起理想的风帆，朝着成功的彼岸奋勇前行！

选择好习惯铸就好人生

每一位成功者背后都有许多良好习惯致使成功的故事。

习惯贯穿于我们的生活之中，它却往往被人忽略，因为它并不像穿在身上的漂亮衣服那么光鲜，那么引人注目。不过假如有人忽略了习惯的作用，那他们便会受到习惯的惩罚。好的习惯让平凡的人变得优秀，创造出令人赞叹的成就。而不良习惯，却会让一个人走向平庸，甚至变得堕落。

地球上不同地区的自然风光大不相同，气候各异，各地人们的起居和饮食习惯也各不相同。而不同人的生活习惯、学习习惯、工作习

惯等等也都不相同。在我们的身边，我们会觉得有的人很懒惰，有的人很勤奋，有的人很上进，有的人却满足现状，这都是受到不同习惯的影响。

正是因为习惯与我们的生活息息相关，不可分离，以至于人们才会忽略它的存在。习惯的作用是巨大的，看看那些成功的人，他们的身上都有一些令人敬佩的好习惯。坏习惯是通往成功之路上的绊脚石，而好习惯则是成功的助推器。

拉里·伯德是篮球界的一个传奇人物，也是历史上最好的篮球运动员之一，回顾他的职业生涯，你会认为他简直是一位不可思议的运动员。但实际上，作为一名白人球员，与职业篮球联盟中的那些黑人球员相比，他的身体素质

并不出色，并没有过人的运动天赋。

但就是天赋悠闲的伯德，率领着波士顿凯尔特人队三次登上了总冠军的领奖舞台，也让自己成为了最伟大的篮球运动员之一。他是如何凭借着有限的天赋做到这一切的呢？你或许已经猜到了答案，是的，正是“习惯”。

伯德堪称NBA历史上最出色的三分球投手之一，早在加入NBA之前的少年时代，每天早晨，伯德总是先练习500次三分投篮，再去上学。有了这种习惯，不论天赋几分，都有可能成为一个好的三分球投手。拉里·伯德就是这样一位依靠良好的习惯把自己先天的才能和天赋发挥到极致的典范。事实上，贯穿他整个职业生涯的，正是这些帮助他发挥出所有运动潜能的自律的习惯。

在整个联盟中，伯德不是跑得最快的人，也不是跳得最高的人，身体也不是最强壮的，但能取得如他一般成就的人却凤毛麟角。球员们有着很高的收入，他们中的很多人，于是沉迷于玩乐，纵情声色，虽然天赋惊人，但由于没有良好的习惯做保障，最终只能成为伯德等伟大球员的背景。

在成功者与失败者之间，也许有很多相同，但在习惯方面往往有着巨大的差异，正是这些差异让他们各自走上了不同的命运之路。有的人原本并不突出，然而当他们改掉了自身的坏习惯，培养出良好的习惯后，他们取得了巨大的成功，比如美国前总统富兰克林。

富兰克林年轻的时候有一个不好的习惯：凡事争强好胜。争强好胜的性格让他凡事都追

求最好，不甘心居于人后，这对他产生了一定的激励作用。但过分地争强好胜给他带来的更多的是麻烦。他经常动不动就和别人产生口角，与邻里朋友间的关系十分紧张，别人都认为他是一个很难相处的人，很多朋友都离他而去。

后来富兰克林发现了自己的这个坏习惯，决心改掉它。他列出了一个清单，把自己个性上他认为的那些不良习惯一一列在上面，并且从最致命的不良习惯开始，一直纠正到不足挂齿的小毛病为止。他每天晚上都按照这个表检查自己一天的言行，以便在第二天做得更好。终于有一天，他发现自己已经没有表上记录的那些坏习惯，而善于倾听、赞美别人、为他人着想、乐于付出等好的习惯已经遍布他全身。在以后的日子里，他变得越来越优秀，最终成

为了美国历史上最受尊敬和爱戴的总统之一。

不仅仅是富兰克林，其实，每一位成功者都有许多良好习惯致使成功的故事。萧伯纳坚持“该先做的事情就先做”的习惯，使他成为著名的作家；爱迪生坚持想睡就睡的习惯，保证了他工作时有极高的效率，使思维保持活跃，从而有了一个又一个的发明创造；约翰·洛克菲勒坚持工作有张有弛的习惯，使他成为了全世界拥有财富最多的人之一。这样的例子简直多得数不胜数。

让我们看看那些成功人士，他们并不一定比别人聪明，爱迪生小时候便因为笨拙而受到别人的嘲笑。但是好的习惯让他们变得更有教养、更有能力、更有知识。他们也不一定比普通人更有天赋，但是，好习惯却让他们训练有

素、技巧纯熟、准备充分。好的习惯，让成功人士的优点不断放大，缺点不断减少，最终取得了成功。

习惯的养成是从一点一滴的小事开始的，而且一旦养成就不容易发生改变。习惯如同一棵不断生长的树，根基越雄厚，就越难以撼动。所以我们要尽量早点改掉那些令人厌恶的坏习惯，不要等它们长成参天大树令人恐惧时才想到去除掉它，那时候要付出的代价会大得多。好习惯同样也是如此，一旦养成了，便会如同健壮的大树，牢固而忠诚。在习惯由幼苗不断长成参天大树的过程中，它被重复的次数越来越多，存在的时间也越来越长，越来越难以改变。

很多习惯的养成是在无意间的，比如刷

牙，当有这个习惯后，每天早上起床我们几乎想都不想便会进入洗浴室，当我们每天重复做着相同的一件事情时，那件事情就会成为习惯。所有的习惯都是养成的，所以我们应该尽量养成好习惯，避免坏习惯给我们的生活和人生带来不良影响。

也许在养成习惯的开始阶段，我们会觉得有些困难，因为人是一种很容易被懒惰打败的动物。这种懒惰总是促使我们放纵自己，使我们趋向毫不费力的事物的那一面。这种稳妥甚至略显保守的意识，让我们的思维停滞不前，甚至落后于别人。我们必须不断进取，保持开拓精神，不要让自己被堕落所征服。熟能生巧，当我们坚持到一定程度，习惯的力量就会慢慢显现，我们便会喜欢上这些好习惯，让它们在我们的生活中起到更大的作用，促使我们

做得更好。

从现在开始养成良好的习惯吧，让我们变得越来越优秀，我们的人生会变得更加灿烂。

可以平凡但不可以平庸

生命的魅力就在于超越平庸，永不停歇地向着目标前进，让平凡的生命绽放出美丽的光彩。

在这个世界上，大多数人都是平凡的。爱因斯坦是很罕见的人才，千百年来也只有一个莎士比亚。平凡是人生的常态，并不是什么可耻的事情，而平庸则不同，它是指庸庸碌碌无所作为。不是人人都能生在帝王之家，也不是人人都拥有超人的智慧，一个人可以平凡，但

决不能选择让自己的人生平庸地度过。

诚然，大多数人终其一生也只是在通往梦想的路上奔跑，无法达到成功的巅峰。虽然不能登高望远，一览众山小，但这种奔跑的过程本身就是一种伟大。生命的魅力就在于超越平庸，永不停歇地向着目标前进，让平凡的生命绽放出美丽的光彩。

报纸上出现了一则令人轰动的消息，一位园艺家悬赏重金征求纯白金盏花，高额的奖金让很多人趋之若鹜。不过当地人的热情很快便消退了，原来千姿百态的自然界中，金盏花除了金色的就是棕色的，能培植出白色的，不是一件易事。奖金虽然足够诱人，可是大家都认为纯白色的金盏花是不可能出现的。

整整20年间，一直没人打扰园艺家和他那

高额的奖金。这天，他突然收到了一封热情的应征信和一粒纯白金盏花的种子，这让他感到意外，连他自己都已经忘记曾经的那则启事了。这件事情在当地不胫而走，引起了轩然大波。

种子是由一位白发苍苍的老人寄来的，她是一个地地道道的爱花人。当她20年前偶然看到那则启事后，便怦然心动，她并不在意奖金，只是一心想培育出一棵纯白色的金盏花。她不顾八个儿女的一致反对，义无反顾地干了下去。

她撒下了一些最普通的种子，精心侍弄。一年之后，金盏花开了，她从那些金色的、棕色的花中挑选了一朵颜色最淡的，任其自然枯萎，以取得最好的种子。次年，她又把它种下

去，然后，再从这些花中挑选出颜色更淡的花的种子栽种……

日复一日，年复一年。终于，在20年后的一天，她在那片花园中看到一朵金盏花，它不是近乎白色，也并非类似白色，而是如银如雪的白。于是，一个连专家都解决不了的问题，在一个喜爱花的老人长期的努力下，最终迎刃而解了。

不要轻视平凡，更不要把平凡做成平庸。如同那位20年如一日栽花的老人，她将平凡做到了极致，终于创造出了令人难以置信的奇迹。偶然的，意外的机遇，在人生和社会中少之又少，能遇到这种机会的人则更加少。如果想要达到自己的追求和目的，于平凡中创造不平凡，只能靠勤奋和毅力，没有捷径可走。

平凡不等于平庸，一个人可以平凡，但决不能平庸。可能我们的工作很平凡，但是我们的态度不能平庸。处在平凡的位置上，我们就应该埋头做一个平凡的人，从平凡的小事做起，牢牢地把握住今天，为明天的辉煌作准备。如果从一开始便对自己失去了信心，甘于平庸，没有自己的计划和目标，逃避属于我们的责任，那么我们永远都无法从平庸中走出，更不要说超越平凡了。

平凡不是平庸，也许我们无法出人头地，成为万众瞩目的焦点，但我们决不可以失去自己的理想和目标，失去责任感，决不可以浑浑噩噩、无所事事。在通往成功的道路上，我们只是平凡的奋斗者，但我们可以通过自己的努力，创造出不平凡，实现人生的超越。

伟大来自于平凡。许多伟大的事业或成就都是这样通过不经意的小事不断地积累而来的。人类社会如此，大自然也是如此。

在一个偏僻遥远的山谷里，有一个高达数千尺的崖。不知道什么时候，断崖边上长出了一株小小的百合。百合刚诞生的时候模样与杂草无异，周围的杂草也并未对这个新朋友格外的在意，它们只是认为又多了一个同伴而已。一岁一枯荣，它们已经习惯了在此平庸地度过自己的生命。只有百合自己心里知道，它并不是一棵野草，它决心努力地绽放出美丽的花朵，向世人证明自己的身份。它知道，唯一能证明自己是百合的方法，就是绽放出美丽的花朵。有了这个念头，百合努力地吸收水分和阳光。

附近的杂草知道后对它十分不屑，它们嘲笑它说：“放弃吧，即便真的会开花，那又能怎样呢？还不是和我们一样，在这荒郊野外枯萎。”偶尔有蝴蝶、蜜蜂经过这里，它们也劝百合放弃努力：“纵然你开出了世界上最美丽的花，谁又会来这断崖边欣赏呢？”

百合丝毫没有受到打击，依然努力地生长，释放着自己的能量。它说：“我要开花，是因为我知道自己有美丽的花，不管有没有人欣赏，我都要开花！”

终于有一天，它开花了，它那灵性的白和秀挺的风姿，成为断崖上最美丽的风景。这时候，野草与蜂蝶再也不敢嘲笑它了。

年年春天，百合都努力地开花、结籽。它的种子随着风，落在山谷、草原和悬崖边，终

于，整个山谷都开满了洁白的百合。几十年后，人们千里迢迢来到这个山谷，欣赏百合开花。后来，那里被人称为“百合谷”。

一株百合花是平凡的，但是千千万万的百合花就组成了“百合谷”，香飘四溢，名声传遍千里。如果开始那一株百合甘于平庸，和杂草一样放弃了努力，那么它也真的只能成为杂草中默默无闻的一株了。工作也是如此，只要我们一直坚持，哪怕是做平凡的工作，也可以取得优异的成绩，超越平庸。而我们命运的改变，也可以通过一点一点地积累实现。无论什么事情，我们都要从现在做起，从一点一滴做起，拒绝平庸。

伟大的功业来自于平凡的积累，伟大人物的成功来自于不甘平庸，构成伟大的决定性因

素，往往就是于平凡中做到不平凡。拒绝平庸，抛下偏见，坚持不懈地朝着自己的目标前进，你就能成为一个了不起的人。

从现在开始停止“抱怨”

生活是一面镜子，可以清晰地照出我们的心态。

在办公室里，我们常可以听见诸多抱怨，抱怨薪水太低，抱怨老板专横，抱怨管理混乱……每个人都有抱怨的时候，因为人不可能总是一帆风顺，处在人生和事业的高峰。当处于失败、失落等人生低谷的时候，发发牢骚抱怨一下也是正常的反应。从心理学的角度来说，发牢骚抱怨是情感的自然流露，是适当合理的宣泄，对身体也是有好处的。生活中，不

可能每件事情都让自己顺心，抱怨不可避免，然而有的人总是抱怨太多。

我的工作太辛苦，薪水太微薄！人们总是抱怨自己的工作，眼睛老盯着别人的轻松、高薪、体面的工作，而自己总是像蜜蜂一样辛苦，拿的薪水少得像别人盘中掉下的面包渣。迟到了，抱怨学校的时钟走得太快；工作累了，抱怨老板太苛刻；生活困难了，抱怨没有一个好老爸、没嫁个好老公……

这些人总是在抱怨，似乎老天爷就是对他不公，似乎他就这个世界上最倒霉的人。这些抱怨，有别人说给自己的，有自己说给别人的，唯独没有自己抱怨自己的：我为什么总是这么多的抱怨呢？

有这样一则寓言：一只乌鸦朝着南方飞

去，路上休息的时候，它遇到了一只鸽子，两只鸟聊了起来。鸽子很好奇乌鸦为什么要离开自己的住处向南飞，乌鸦愤愤地抱怨道：“我的同类们都嫌弃我长得太难看，叫得不好听，所以我要飞到别的地方去。”鸽子听后，忠告乌鸦说：“我觉得你无论飞到哪里，还是会有人讨厌你的外貌和声音的，为什么不试着改变一下自己，乌鸦听后低头不语。

抱怨能解决问题吗？抱怨能让自己摆脱当前的窘境吗？当然不可能，抱怨只能让你自己越来越不快乐，不快乐的你能完成什么样的工作呢？又能取得什么样的成绩呢？虽然开始的时候抱怨能够获得别人安慰性的话语，在心理上获得一定的满足，然而长久地抱怨下去，只能让大家都排斥、讨厌自己，纷纷逃避、远离自己。

抱怨不仅不会解决问题，还会使原有的烦恼加倍，让烦恼长久地存在于自己的脑海之中。那些唉声叹气的言论会让周围的朋友们心烦意乱，继而对自己产生厌烦情绪，使自己被孤立。如果一个人不反省自己，始终责怪别人，抱怨环境，那么他会像乌鸦一样，无论走到哪里都被别人讨厌。

美国总统富兰克林·罗斯福，曾被评为美国历史上影响力仅次于林肯和华盛顿的总统，他被公认为世界历史上能够扭转乾坤的巨人之一，另一位伟人，英国首相丘吉尔曾评价他说：罗斯福是对世界历史影响最大的一位美国人。

这样一位令人敬仰的人物，他的成绩却更多是在因为小儿麻痹症而丧失行走能力后取得

的。他的病情很严重，但他并没有抱怨命运的不公，而是积极地配合治疗，避免了全身瘫痪，并且拄着拐杖登上了美国总统竞选的讲坛，赢得了胜利。他上任后遭遇美国经济大萧条，二战爆发，他依然没有抱怨，努力带领美国人民走出经济危机，同世界人民一起赢得了反法西斯战争的胜利。

大多数正常人，遭遇了罗斯福那样的身体痛苦，恐怕早就喋喋不休地抱怨命运的不公，丧失了生活的希望。而就任总统后又遇到了百年一遇的经济危机和世界大战，恐怕很多领导人物也会选择辞职以躲避压力和责任，在私下抱怨自己运气不好。罗斯福从不抱怨，他坚持不懈地做好自己，最终创造了奇迹，赢得了世人的敬仰。

抱怨，大多数时候取决于自己的主观态度。如果心里想着抱怨，那么周围的一切都能成为抱怨的对象。如果不抱怨，换一个角度考虑，就会发现问题，通过努力解决问题，摆脱困境，不断地进步，获得成功和幸福的体验。事情都有两面，是好是坏关键在于看事情的角度。

泛滥的抱怨是一种慢性腐蚀剂，腐蚀了自己，也消磨了别人的斗志，它就像可以“溃堤”的蚂蚁，可以使一个部门、一个团队、一个企业溃不成军，轰然倒地！对于别人的抱怨，我们要善于倾听。因为这些抱怨之中会包含有用的信息，别人为什么会陷入窘境？假如事情出在自己身上那么我该如何解决呢？比如知名家电企业海尔，就把抱怨当成是最好的礼物，不断改进自己的产品和服务，从而取得了巨大

的商业成功。

生活中本就充满了酸甜苦辣，没有谁的生活是完美的，也没有任何一种生活会让人完全满意。如果我们想要抱怨，那么生活中的一切都可以成为我们抱怨的对象，而生活回馈给我们的，也是失败和不满；如果我们不抱怨，生活中的一切都值得我们欣赏，生活回馈给我们的将会是鲜花和掌声。

当自己想要抱怨的时候，先让自己冷静一下，问自己几个问题。我为什么要抱怨呢？问题出在哪里呢？我的抱怨有意义吗？当仔细地考虑后，你便可以从复杂的形式中找出问题的所在，从而解决问题，让自己进步。如果仅仅停在那里抱怨，只能让周围不断前进的人超越。如果把抱怨变成善意的交流，如果把抱怨

变成系统的建议，如果把抱怨变成积极的行动，你便会发现，成功正离你越来越近！

看清自己，莫要看轻自己

每个人都是独一无二的，每个人都有着自己的独特之处，我们应该为自己的独特而感到骄傲。

总有一些谨小慎微的人，他们唯恐自己犯错误，无论做什么事情都小心翼翼，当别人委托他们做一些事情的时候，他们便四处推托，认为自己的能力不足，唯恐将别人的事情办砸了。这种小心谨慎固然是好事，但过分谦虚也让他们错失了大量锻炼自己的机会，也就将成功拒之千里。分析其原因，大多是因为他们轻视了自己。

他们养成了妄自菲薄的习惯，总是说“这件事我做不了”、“我真的不行”之类的话，久而久之，形成了一种消极的心理暗示。经常说自己不行的人，最后就会相信自己的话，渐渐地让自己变得平庸。这种自我否定比别人对自己的否定要可怕得多，这种心理上对自我的轻视会影响自己什么也做不好，最终被别人轻视。

只有梦想着成为雄狮，最终才能如雄狮一般强壮威武，如果一个人总是认为自己弱小无能，总是觉得自己低人一等，那么他只能做一只弱小的老鼠。无论做什么事情，我们都应该对自己充满信心，不轻视自己，要相信自己能行。一个对未来充满信心的人，才能在生活和工作中收获更多的信心，让自己变得更优秀。

受二次世界大战的影响，全球经济都很萧

条。日本也受到了经济危机的影响，国内失业人数陡增，工厂效益也很不景气。一家濒临倒闭的食品公司为了起死回生，决定裁员三分之一。有三种人名列其中：一种是清洁工，一种是司机，一种是无任何技术的仓管人员。三种人加起来有三十多名。

经理将这些将要被裁掉的员工叫到了办公室，向他们表明了公司裁员的意图。工人们纷纷提出了反对意见。

清洁工人最先说道："我们很重要，如果没有我们打扫卫生，清洁健康的环境从何而来呢？假若你们每天面对的都是脏兮兮的垃圾，一进办公室就闻到腐烂的味道，你们能将精力全部投入工作吗？

司机也提出了反对意见："我们很重要，如

果没有我们及时地将货品发往各大销售商的店铺，我们的产品将会严重积压，我们的效益又从何而来呢？”

仓管人员也说话了：“我们很重要，战争刚刚结束，街上到处都是饥饿的人们。如果没有我们看管仓库，我们的食品岂不是要被流浪汉们偷得精光？”

经理听了他们的话后觉得很有道理，经过再三权衡，最终放弃裁员，重新规划了企业的发展策略。他命人在企业的入口处挂了一块大牌子，上面写着“我很重要！”每天职工来上班时，第一眼看到的就是“我很重要”四个字。这句话调动了全体员工的积极性，几年后公司迅速崛起，成为日本非常有名的公司。

不轻视自己，可以让一个人的潜能得到进

一步的释放，可以调动他的积极性，创造出超越平常的业绩。在工作中，一个时刻相信“我很重要”、“我能行”的人，他的心态充满了自信，他的行为充满了力量。而小看自己，总觉得自己很渺小，什么事也做不好，则会让一个人失去活力。

每个人都是独一无二的，每个人都有着自己的独特之处，我们应该为自己的独特而欢呼。看轻自己，是一种自我妥协，不在意自己，会让自己对自己失去了信心。凡是获得成功的人，大都有着极强的自信，他们心中永远有着“我能行”的信念，直至取得自己想要的成功。

世界游泳冠军摩拉里很小的时候就对奥运会充满了梦想，梦想着自己将来的成功。1984

年，一个机会来临了。在洛杉矶奥运会上，他在自己擅长的游泳项目中取得了优异的成绩，但却只拿了亚军，冠军的梦想未能实现。摩拉里没有放弃，他要夺取1988年汉城奥运会金牌。可是，他的梦想在汉城奥运会预选赛时就烟消云散，他竟然被淘汰了。

之后，他把这份梦想深埋在心中，跑到康乃尔去念律师学校了。有三年的时间，他很少游泳，可是他心中始终有股烈焰，他相信自己是第一流的人物，一定会拿到奥运会冠军。在距离1992年巴塞罗那奥运会不到一年的时候，摩拉里决定再次参加奥运会。很多人认为，在游泳这项属于年轻人的赛事中，他算是高龄了，看上去就像是拿着长矛刺风车的现代堂吉诃德，他想赢得百米蝶泳赛的想法简直愚不可及。

事实上，摩拉里也认识到了这一点，他知道每个参赛选手都是一流的，但是他认为自己更是一流的。他始终保持着这种自信的心态，不停地训练，他在心中仔细规划赛程，不断地加强信念。到后来，不用一分钟，他就能在心里将比赛从头到尾像清澈水晶般模拟一遍。他相信自己会占尽优势，超越对手，一路领先。

最终的比赛结果如同摩拉里在心中想象了无数遍的结果一样，他站在最高的领奖台上，颁奖的官员将熠熠生辉的金牌挂在了他的脖子上，这种“我能行”的心态，推动着他实现了自己的奥运冠军梦。

不要因为没有得到奥运金牌便轻视自己，我们有很多的机会可以证明自己。也许我们现在的地位卑微，也许我们能做的事情真的很

少，也许现在很少有人关注我们，只要我们作出了正确的选择，从心理上重视自己，不断努力，我们便能收获自己应有的回报。

不要看轻自己，只要心中饱含着奋斗的激情，就没有什么能够阻挡我们成功的脚步。也许在成功的路上，我们会跌倒，我们会遭遇挫折，只要有这股勇气，就没有过不去的坎儿。摔倒了，爬起来，拍拍身上的尘土继续前进，我们一定会有所收获。

看清自己，但不要看轻自己，在工作与生活中努力培养优秀的习惯和良好的品行，日复一日，年复一年地朝着自己的目标不懈努力，鲜花与掌声终将伴你左右，与你同行。

冷静地控制自己的情绪

遇事只有冷静沉着，才能做出最佳的判断和应对。

嬉笑怒骂、欢乐忧愁，七情六欲人皆有之。情绪如同海上的天气，时而骄阳艳丽，时而暴雨狂风，或深厚或浅薄，时而让人触类旁通，时而让人费解难懂。不过，也正是每个人不同的感情特质，让彼此互不相同。在生活中，情绪也深深地影响着我们，让我们面对不同情况作出不同反应。

大多数人都有过受累于情绪的经历，烦恼、压抑、失落甚至痛苦总是接二连三地袭来，于是频频抱怨生活对自己不公平，期盼某一天欢乐的降临。其实喜怒哀乐是人之常情，想让自己生活中不出现一点烦心事几乎是不可能的，关键是如何有效地调整控制自己的情

绪。一个真正理智的人，是不会轻易让情绪控制自己的，他总是在进行了冷静地思考之后，才对事情作出合理的处理。

《奥赛罗》是莎翁的四大悲剧之一。主人公奥赛罗是一个心胸坦荡、勇敢豪爽的人。天真痴情的贵族少女苔丝德蒙娜被他的英雄气概所吸引，不顾地位的差距，不顾家族的反对，毅然选择嫁给了他，两个人的生活也算甜美。

奥赛罗手下有一个叫伊阿古的人，由于没有升上副将，便对奥赛罗怀恨在心，伺机报复。他假装对奥赛罗忠心耿耿，却不断在奥赛罗面前挑拨生事，散布谣言说苔丝德蒙娜与奥赛罗的一位副官有染，并且伪造了“定情信物”等假证据。听信了谗言的奥赛罗意气用事，在愤怒中掐死了自己的妻子，后来他才查明，

原来这都是伊阿古在陷害他们，他冤枉了自己的妻子。明白真相的奥赛罗悲痛不已，自刎向妻子谢罪。

如果奥赛罗在发怒时勉强能冷静一下，查明真相再作定论，恐怕也就不至于发生这样的惨剧了。太过感情用事，让奥赛罗犯了无可挽回的错误，后悔莫及。虽然这只是一出戏剧，却拥有着震撼人心的力量。而回想一下现实生活，我们是不是也曾因为感情用事，而犯过很多不应该犯的错误呢？

感情用事的人，容易凭主观、凭自己的直觉去判断问题、处理问题，而缺乏冷静合理地思考分析。感情用事，头脑发热，会让人对眼前的状况作出错误的判断，从而采取错误的行动，造成不必要的损失。遇到事情冷静下来，

沉着应对，这样才能有效地处理突发情况，将损失降到最低。

汤姆是探险队的队员，有一次他们在亚马孙的一个神秘地区探险，要知道丛林里一般都有很多具有致命性的动植物。就在小队穿越一块沼泽地的时候，汤姆忽然感到脖子上多了个东西，由于不是很重，所以汤姆也就没怎么注意。但当感觉到那个不是很重的东西在沿着他上身滑动的时候，他才意识到情况不妙。果然，那是一条蛇，一条色彩斑斓的从没有见过的蛇。如果汤姆这时候慌乱起来的话，很可能会丧命，然而就是那种不是每个人都有的冷静，使得他知道自己该怎么做！

汤姆如雕塑般站了10多分钟后，那条蛇在他身上游荡了一会儿就离开了。其他队员都紧

张地看着这一幕，简直惊呆了。如果汤姆当时因为害怕而大叫或是胡乱跑动，恐怕他早已成为了蛇的美餐，正是这种超出常人的冷静，让汤姆蛇口脱险。

我们无论遇到大事小事，都要保持冷静，控制自己的情绪。感情用事的人大多是因为遇事欠冷静。实际上，遇事冷静地考虑一下，可能会找到更好的解决办法，所产生的实际效果也会更加让人满意。

在生活中，因为观点不同、立场不同等原因，我们常常会和朋友因为一些小事而发生争吵。也许我们很讲道理，但如果对方蛮不讲理，并且毫不退让，甚至步步紧逼，后果就会很严重了。此时如果不能控制自己的情绪，两个人恶语相向甚至大打出手，可能朋友间的友

谊便到此为止了。

如果这时你强制自己冷静一下，控制住自己的情绪，或是暂时避开一会儿，等对方也平静下来，再与他讲道理，那么你既可以不失去这个朋友，而且还可以表现出你的大度。感情用事的人往往是不成熟的人，感情成熟的人相应就很有理智，能够控制自己的感情，而绝不会感情用事。所以我们要学会控制自己的情绪，培养自己的感情。

遇事冷静并不等于做事犹豫拖沓。控制自己的情绪，遇事保持冷静只是让我们在事前的准备工作做得更充分一些。冷静并不会浪费时间，因为可能是短短的几分钟或几秒钟便可以了。但就是这短短的一刻，能帮助我们在解决问题的时候做得更加全面细致。冷静不仅不会

让我们变得拖沓，而且还会培养我们的果断力。经常进行理智地思考，会让我们在困难面前变得从容，在危急关头变得当机立断。

人的感情复杂多变，要想掌握自己的感情实非易事，但只要我们耐心培养冷静的习惯，多用理智来控制情绪，久而久之便也能控制自己的感情。一个人走向成功，如同河流奔向大海，在沿途中，可能会遇到高山险阻，也会遇到平原旖旎，静水深流。让我们的感情也平静一下，在宁静中回味思索，这样我们的人生才会更有感悟。如果不控制情绪，任由它自由宣泄，我们也会如同洪水一般肆意流淌，不能到达成功的彼岸。

人生有许多阻碍我们的事物，人生也是很坎坷的，如果没有成熟的感情，不能驾驭自己

的情绪，那么我们在为人处世，工作事业等各方面都会遇到很大的困难。当然，感情的成熟需要一个过程，它是人的感情经历，生活经验，人生观，价值观，幸福观的具体体现。同时它又与个人气质、心理、修养有关。因此，无论是谁，无论从事何种职业的人，都应当培养自己的感情，培养自己的控制力。只有这样，才会让自己的家庭幸福，事业辉煌，人生美满。在感情面前，不要退缩，勇敢地做感情的主人。

说话做事多给自己留余地

说话留有空间，不把话说得太满太绝，时刻为自己留一些余地，这是处理人际关系的一种策略。

《周易》曰：物极必反，否极泰来。这句话的意思是说，行不可至极处，至极则无路可续行；言不可称绝对，称绝则无理可续言。做任何事，进一步，也应让三分。古人云：“处事须留余地，责善切戒尽言。”

某公司新研发了一个项目，老板将此事交给了下属刘玉，问他：“有没有问题？”刘玉拍着胸脯回答说：“没问题，放心吧！”过了三天，没有任何动静。老板问他进度如何，他才老实说：“不像想象中那么简单！”虽然老板同意他继续努力，但对他的拍胸脯已有些反感。

这就是把话说得太满而给自己造成窘迫的例子。

小丽的孩子要上初中，想进一所好学校，小徐在与小丽的闲谈中知道了这件事之后，主

动请战，他说认识教委的人，和他们很熟，而且话说得很坚决。还告诉小丽不用再找别人了，他一定能办成。

于是，小丽就把所有的希望寄托在了他的身上。谁知道都要开学了，小徐也没把事情办成。小徐把话说得太满，不给自己也没给他人留有余地，结果把事情弄得一团糟。

我们在各个方面都应该注意这个问题。在做事方面，对别人的请托可以答应接受，但不要“保证”，应代以“我尽量，我试试看”的字眼。上级交办的事当然要接受，但不要说“保证没问题”，应代以“应该没问题，我全力以赴”之类的字眼。这是为万一自己做不到所留的后路，而这样说事实上也无损你的诚意，反而更显出你的谨慎，别人会因此更信赖你，即便事没做

好，也不会责怪你！在做人方面，与人交往时，如果出现意见分歧，不要口出狂言，更不要说出“势不两立”之类的话，不管谁对谁错，最好是闭口不言，以便他日需要携手合作时还有“面子”！尤其应该注意的是，对人不要太早下结论，像“这个人完蛋了”、“这个人一辈子没出息”之类属于盖棺定论的话最好不要说。

说话不留余地等于不留后路，要么成功、要么失败的简单逻辑已经不适合复杂多变的社会。为此付出的代价有时是你无法承受的，因此，与其与自己较劲儿，不如改变一下说话的方式，多用一些不确定的语言，给自己留下余地。

用不确定的词句一般都可以降低人们的期望值，你若不能顺利地完成任务，人们因对你

期望不高而能用谅解来代替不满，有时他们还会因此而看到你的努力，不会全部抹杀你的成绩；你若能出色地完成任务，他们往往喜出望外，这种增值的喜悦会给你带来很多好处。

人生一世，万不可使某一事物沿着某一固定的方向发展到极端，而应在发展过程中充分认识其各种可能性，以便有足够的条件和回旋余地采取机动的应对措施。留余地，就是不把事情做绝，不把事情做到极点，于情不偏激，于理不过头。这样，才会使自己得以最完美无损的保全。

据说李世民当了皇帝后，长孙氏被册封为皇后。当了皇后，地位变了，她考虑的得多了。她深知作为“国母”，其行为举止对皇上的影响相当大。因此，她处处注意约束自己，处

处做嫔妃们的典范，从不把事情做过头。她不尚奢侈，吃穿用度，除了宫中按例发放的，不再有什么要求。她的儿子承乾被立为太子，有好几次，太子的乳母向她反映，东宫供应的东西太少，不够用，希望能增加一些。她从不把资财任情挥霍，从不搞特殊化，对东宫的要求坚决没有答应。

她说："做太子最发愁的是德不立，名不扬，哪能光想着宫中缺什么东西呢？"她不干预朝中政事，尤其害怕她的亲戚以她的名义结成团伙，威胁李唐王朝的安全。李世民很敬重她，朝中赏罚大臣的事常跟她商量，但她从不表态，从不把自己看得特别重要。皇上要委任她哥哥以重任，她坚决不同意。李世民不听，让长孙皇后的哥哥长孙无忌做了吏部尚书，皇后派人做哥哥工作，让他上书辞职。李世民不

得已，便答应封长孙无忌为开府仪同三司，皇后这才放了心。此后的朝政官任中，长孙无忌也经常受到皇后的教导，成为一代忠良。

长孙皇后得意时不把各种好处占全，不把所有功名占满，实在是很好地坚持了为自己留余地的天规。

把话说得太满，并不能与自信划上等号。话说七分满，反而是一种谦虚的人生哲学。从一个人说话的态度，可以看出他的自信，真正有自信的人，懂得谦卑，不会把话说得太满。不要把话讲得太满，进可攻，退可守，这才是成功者的为人之道。

成功需要惜时如金

一个人的一生应该这样度过：当他回忆往事的时候，不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧。

子在川上曰："逝者如斯夫，不舍昼夜。"时间如同东流之水，浩浩荡荡，奔流不息。然而在我们的生命中，它却如同一位过客，收敛起自己的脚步，小心走过，悄无声息，丝毫不会引起别人的注意。年轻的时候，我们肆意挥霍着光阴，总以为时间在未来还多的是，一点都不珍惜。往往是等它逝去之后，大家才渐渐发觉，留给我们的时间已所剩无几。也正是如此，才有了古人一声叹息：少壮不努力，老大徒伤悲。

可能有人认为上帝是不公平的，它让每个人的命运各不相同。其实仔细想来，上帝是公

平的，在每个人诞生之时，他都赐予了大家一份相同的礼物，这便是时间。只是时间流逝得无影无踪，去得快，来得也快。而能否把握时间，做时间的主人，往往决定着一个人一生的命运。

陶渊明说过：“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”人生短短数十秋，想要在如此短的时间内，取得成功，登上人生的顶峰，谈何容易。也正因为如此，珍惜时间就显得异常的重要。每个成功人士的背后往往都有个珍惜时间的故事。

富兰克林曾说“时间便是金钱。”他也确实在生活中身体力行这个原则。

有一天，一位在富兰克林报社前面的书店里犹豫了将近一个小时的男人终于拿着一本书

来到店员面前。“请问这本书多少钱？”“一美元，先生。”店员回答道。“能不能便宜点？”那人又问道。“这本书的价格就是一美元。”店员的口气十分坚决。

这位男子不得已只好问：“富兰克林先生在吗？”店员回答：“在，不过他正在印刷室内忙着呢！”这人坚持一定要见富兰克林先生。于是富兰克林就被找了出来。这个人问道：“富兰克林先生，这本书你能出的最低价格是多少？”“一美元二十五分。”富兰克林不假思索地回答。“怎么会？你的店员刚才还说一美元呢？”富兰克林说：“这没错，但是我情愿倒给你一美元，也不愿意耽误我的工作。”这位男子惊讶于他对时间如此地重视，心想：“算了，结束这场由自己引起的争论吧！”于是他说：“好吧！这样子，你说这本书最少要多少钱

吧！”“一美元五十分！”“怎么又变成一美元五十分？你刚才不还说一美元二十五分吗？”富兰克林心平气和地说：“对！但我现在能出的最好价钱就是一美元五十分。”男子再没说话，默默地把钱放到柜台上，拿起书本走了出去。因为这位著名的物理学家及政治学家给他上了一堂终生难忘的课：“对有志者而言，时间就是金钱！”

时间就是金钱，只有精心安排时间，才能将浪费降到最低。要善于处理自己的时间，善于利用自己的零散时间。鲁迅曾说“时间就像海绵里的水，只要挤挤总会有的。”要把自己点点滴滴的时间都积累起来，这样我们就会发现，原先总不够用的时间会逐渐地变得富足起来。甚至很多没有想过的事情我们都有时间去做了。

韶华易逝，岁月催人老，曾有一首古诗中说“昼短苦夜长，何不秉烛游，”这是在告诫我们要想方设法珍惜时间，利用时间。晋代学者车胤就留下了“车胤囊萤”的美谈。

车胤原本生于一个富有的家庭，不幸的是在他很小的时候便家道败落，生活十分贫苦。车胤年轻时就很懂事，也能吃苦耐劳。他因为白天要帮家人干活，就想利用漫漫长夜多读些书，好好充实自己；然而，他的家境清贫，根本没有闲钱买油点灯，有什么办法可以突破客观条件的限制呢？最初，他只得在夜间背诵书本内容，直到一个夏天的晚上，他看见几只萤火虫在飞舞，点点萤光在黑夜中闪动。于是一个好方法映入他的脑海。

他捉来许多萤火虫，把它们放在一个用白

纱布缝制的小袋子里，因为白纱布很薄，可以透出萤火虫的光，他把这个袋子吊起来，就成了一盏“照明灯”。车胤不断苦读，终于成为了著名的学者，后来还成了一名深得人心的官员。那时候，每逢举行集会或庆祝活动时，如果车胤没有到场，大家都会觉得扫兴。

只是帮人家干活来养活自己，那么车胤恐怕只能过着穷苦的日子。然而他抓住了时间，没有让它们从身边白白地流逝，才成就了自己。或许眼前，我们觉得时间多的是，可是时间也稍纵即逝，我们一不注意，它就消失不在。因此应该抓好眼前的时间，莫要让生命在等闲中度过，最后“空悲切，白了少年头。”

无论我们在意与否，生命的时钟总是在不停地行走。一秒钟、一秒钟，然后变成一分

钟、一分钟，然后是一小时、一天、一年……我们的生命旅程就在这不经意间一点一点地缩短。时间对于我们每个人来说都是宝贵的，它的宝贵在于它无法失而复得。它一旦失去，则会永远失去。我们能够做的就是珍惜时间，合理地去利用时间。

杨格曾说："拖延是偷窃时间的盗贼。"成功的人懂得把握时间，将琐碎的时间变为宝贵时间，而失败的人只会浪费时间，把黄金时间当成是休闲时间，甚至将失败的原因归结为没有时间。人类学家曾经统计，除掉吃喝睡觉时间外，每人剩余的时间不足三分之一。面对这短暂的时间，我们只有合理地安排，才能增加时间的利用率，在有限的时间内做出更多的事情来。

有一个深刻的比喻提醒人们：“人一生的时间就是这个人一生的金山银海。该怎样来花费这座金山银海呢？一不小心，它就会被你挥霍得一干二净。”人最宝贵的是生命，而时间却是组成生命的元素。那么，我们的一生应该怎样度过呢？英雄保尔·柯察金的话发人深省。在《钢铁是怎样炼成的》一书中，保尔曾这样说过：“一个人的一生应该这样度过：当他回忆往事的时候，不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧。”

坚定信念，告别懒惰

懒惰可以让一个很有天赋的人变得平庸，让一个平庸的人变得可耻。

在我们的现实生活中，常常遇到这样的

人，他们走路散漫、做事拖沓，甚至说话时都带有一副懒得理你的表情，神情腔调都怪怪的，让人觉得很不自然。你若问他最近做什么了，他会懒洋洋地告诉你什么都没做。倘若你再问下去，他会说在瞎忙啊。这时我们就要注意了，上面说的这位很可能是个懒惰的人。

在工作中，懒惰的人的态度往往是尽可能地逃避。他们没有雄心壮志和责任心，表面看起来是随遇而安，实际上却是没有上进心。他们期待着别人来领导和指挥自己，而不愿意主动奋斗。他们之中即使有些人有远大理想，也从来不肯努力去实现它。

美国康奈尔大学曾经做过一次著名的“青蛙实验”：他们将一只青蛙放进煮沸的锅中，青蛙立刻触电般跳了出去。他们又将青蛙放在了一

个盛满凉水的锅中，任其自由游动，然后慢慢加热。青蛙虽然感觉到了水温的变化，却因为惰性没有立刻往外跳，等到水温难耐的时候却失去了逃生能力被烫死在里面。因为惰性而丧失危机意识，这便是“青蛙效应”。

“青蛙效应”强调的便是“生于忧患，死于安乐”的道理。人天生就是有惰性的，总愿意安于现状，不到迫不得已多半不愿意去改变已有的生活。若一个人久久沉迷于这种无变化、安逸的生活时，就往往忽略了周遭环境的变化，当危机到来时就会像那只青蛙一样只能坐以待毙。

懒惰会让人安于现状，逃避现实，甚至让自己对那些勤奋的人产生嫉妒。懒惰的人习惯为自己找借口，而当你为自己的懒惰存心找借

口时，“事情太困难、时间不够”等理由也会逐渐变得合理化，形成根深蒂固的拖延习惯。懒惰的人将很多精力花费在如何逃避工作上，却不肯用相同的精力来完成工作。他们以为自己骗得过老板，最终却愚弄了自己。

懒惰从何而来呢？看起来这似乎是天生的，如果究其原则，则可以归结为对自己的放纵。有的人曾经并不懒惰，由于他渐渐地耽于安逸的享受，不再严格要求自己，不再努力奋斗，于是便变得懒惰起来。懒惰可以让一个很有天赋的人变得平庸，让一个平庸的人变得可耻。我们有没有懒惰的坏毛病呢？答案通常是肯定的。懒惰这个缺点在大多数人身上都能看见，只是有的人多一些，有的人少一些。即便是巴顿将军、林肯总统这样叱咤风云的人物，也都有惰性。但是他们有着坚定的信念，能很

好地克服这个缺点，最终打败了这个缺点。有惰性是正常的，不必因此过分地懊恼，树立坚定的信念，惰性就会化为乌有。

晋代的祖逖是一个胸怀坦荡、具有远大抱负的人，一生中征战无数立下赫赫战功，不过他小时候却是个不爱读书的淘气孩子。随着年龄的增长，祖逖想报效国家，为国家作些贡献，可是他的知识匮乏，什么也做不了。祖逖深感自己的不足，于是发奋读书。他广泛阅读书籍，认真学习历史，从中汲取了丰富的知识，学问大有长进。他曾几次进出京都洛阳，接触过他的人都说，祖逖是个能辅佐帝王治理国家的人才。祖逖24岁的时候，曾有人推荐他去做官司，他没有答应，仍然不懈地努力读书。

后来，祖逖和幼时的好友刘琨一起担任司州主簿。他与刘琨感情深厚，不仅常常同床而卧，同被而眠，而且还有着共同的远大理想：建功立业，复兴晋国，成为国家的栋梁之才。一次，半夜里祖逖在睡梦中听到公鸡的鸣叫声，他一脚把刘琨踢醒，对他说："别人都认为半夜听见鸡叫不吉利，我偏不这样想，咱们干脆以后听见鸡叫就起床练剑如何？"刘琨欣然同意。于是他们每天听见鸡叫后就起床练剑，剑光飞舞，剑声铿锵。春去冬来，寒来暑往，从不间断。

功夫不负有心人，经过长期的刻苦学习和训练，他们终于成为能文能武的全才，既能写得一手好文章，又能带兵打胜仗。祖逖被封为镇西将军，实现了他报效国家的愿望；刘琨做了都督，兼管并、冀、幽三州的军事，也充分

发挥了他的文才武略。

祖逖也曾懒惰，但是祖逖最终选择了打败懒惰，而不是被懒惰打败。懒惰是人们成功路上的一大障碍，很容易让人的意志消磨，让时光在不经意间溜走。祖逖用“闻鸡起舞”的方式打败了懒惰，我们虽然不必如此，但对付懒惰还是不能大意。

为自己设定一个目标，当我们不知道该做什么的时候，特别容易滋生惰性，当有了目标之后，我们的心中便会变得充实。可以设定一个比较近而且容易实现的小目标，这样就不会因为目标过于远大难以实现而给自己带来挫折感。当第一个目标实现之后立刻给自己设定第二个目标，不要让自己空闲起来。人很容易因为目标达到而产生自满的心理，从而失去进取

心被惰性打败。

有了目标之后，为实现目标制订一些详细且可行的计划。当有了计划后，那么就果断地行动吧。在计划实施的过程中，要不断地根据实际情况进行修改调整，以免失去目标。不要放纵自己，不要因为有好看的电视节目而占据自己的学习或工作时间。坚持做一件事情很难，惰性犹如洪水，一旦在自我约束的防御上冲出缺口，那么它将变得一发而不可收拾，毁掉你的所有努力。

慢慢地尝试着改变自己，严格地要求自己，一段时间之后，你将发现自己因为某件事没做的遗憾会大大减少。你还会发现，以坚强的毅力、乐观的情绪，脚踏实地地实践着由易到难不断更换的目标，是我们每一个人都可以

做到的，只要坚持。

“未雨绸缪，居安思危”的危机意识是我们都应该具备的。逆水行舟，不进则退。回顾一下过去，当我们遇上猛烈的挫折和困难时，常常能激发自己的潜能；可一旦趋向平静，便耽于安逸、享乐的生活而不断遭遇失败。懒惰正是我们丧失这种意识的大敌。克服懒惰，正如克服任何一种坏毛病一样，是件很困难的事情。但是只要你决心与懒惰分手，在实际的生活学习中持之以恒，那么，灿烂的未来就是属于你的！

打好自己手中的牌

不要过分在意手中“牌”的好坏，更重要的是如何打好这手牌。

不知道大家在打牌时会不会有这种感觉，抓到好牌便十分高兴，玩得格外有兴致，抓到不好的牌便垂头丧气，如果连续抓到不好的牌便觉得心灰意冷，甚至连玩下去的兴趣都没有了。抓到不好的牌是正常的，谁又能一直抓到好牌呢？玩牌的高手，从不抱怨自己的牌有多差，而是力争打好自己手中的牌。

一次晚饭后，艾森豪威尔一家人在一起玩纸牌游戏，那时他的年纪还很小。他连续几次抓到的牌都很不好，于是口中便不停地抱怨。轮到妈妈出牌了，妈妈停了下来，正色对他说道："如果你不想玩，那么就放下手中的牌；如果你想玩下去，就好好利用好你手中的牌，而不是一个劲儿地抱怨！"他听完妈妈的话后一愣，他的妈妈继续说道："人生也是如此，发牌的是上帝，既然牌已经发到了你的手中，那么

就没有改变的可能，你能做的就是尽你最大的努力取得最好的成绩。”艾森豪威尔听后默默不语。

时隔多年，艾森豪威尔依然记着母亲的这句话，从未对生活产生任何抱怨。无论生命中遇到何种挑战，他总是以积极乐观的态度去面对，力所能及地做好每一件事。他出身于一个普通的平民家庭，凭着自己的努力，一步步地成为中校、盟军统帅，最终成为了美国第34任总统。

不仅是艾森豪威尔，我们每个人手中都握有上帝发给我们的牌。也许这副牌比较好，也许这副牌差强人意，甚至这副牌十分糟糕。当我们手中的牌不如自己的期待时，停止抱怨，努力打好手中的牌。

我们不可能每次都抓到好牌，发牌权并不在我们的手中。没有人是完美的，也没有人能做到尽善尽美，我们所能做的，就是尽力打好自己手中的牌。每个人都有短处，我们应该善于学习，发现自己的短处，学习别人的长处，懂得取别人所长补己之短，努力追求上进，这样我们才能合理用好自己手中的“人生之牌”。

日本丰田公司是一家著名的汽车制造商。早期，公司董事长丰田先生将自己的儿子送往汽车工业十分发达的美国，让他学习先进的经验。小丰田还在汽车厂实习，希望能从美国汽车厂的生产流程中，学习到新的生产方法。

在每天的实习过程中，年轻的丰田都十分投入，细心观摩美国厂家的生产过程，但是此时的他所做的只是简单的模仿，他没有对现状

作出实质性的改变。有一天，小丰田在工作之余，前往当地的超市购物，他从没见过那种商品排列方式，简直惊呆了。当他推着购物车浏览货架时，最令他感到惊奇的是蔬菜区，来来往往的顾客，取走了货架上新鲜的蔬菜后，超市的服务人员立即补充，维持蔬菜区的货源不断，而且永保新鲜。

回到自己的住处后，小丰田的内心汹涌澎湃，一些想法逐渐在他的脑海中成型。那时的汽车生产装配流程并不合理，常常发现零件供应商的供货短缺，因而造成停工待料的窘境，小丰田受到了超市蔬菜摆放流程的启发，创立了及时供应的制度。此举不但解决了生产线的问题，也解决了与供应商的合作问题，创新了生产技术，成为生产制造业的典范。

日本还有一位被称作“管理之神”的人，那就是松下幸之助，他的成功正如他说的那样：“我有三个缺点，都被我变成了优点：第一，因为家里穷，知道奋斗才能成功；第二，没文化，懂得要自学；第三，身体不好，懂得要依靠别人。三个弱点变成了我的三个优势。”

无论是小丰田还是松下幸之助，他们都没有抱怨自己的条件不好，遇到的困难巨大，而是善于发现自己的不足，改掉自己的缺点，最终都取得了成功。手中的牌好是好事，可以让自己更容易打出一场好的比赛；手中的牌不好时，更要好好打，让自己的“烂牌”打出同好牌一样的成绩。

不要过分在意手中“牌”的好坏，任何人都有缺点，十全十美的人是不存在的，只要你全

心全意地对待生活，生活必然会给你等值的回报。天外有天，人外有人，可能我们手中的牌不错，但别人会有比我们更好的牌。别人身上会有着我们所没有的优点，虚心学习对方的长处，就能弥补自己的不足。

向别人学习很重要，在很多生活细节中可以发现，时时刻刻都有学习的机会。不是学不到，只是错过了学的机会。向别人学习并不丢脸，丢脸的是自己不明白却装得很懂的样子，不屑于问别人。更丢脸的是，只看到别人的缺点，看不到别人的优点。对于这种人，很难获得别人的尊重。

只要我们正视自己，认真打好手中的牌，微笑面对生活，生活也会给予我们微笑。一个只知抱怨，不知道利用自己手中的牌，打好手

中的牌的人，上帝永远都会给他一手“好牌”。

人生的道路不是一帆风顺的，任何人都会遭遇曲折，无法逃避。在困难和挫折面前，我们要有一个平稳的心态，坦然面对上帝给予你的一切，正视自己，不能一味地去怨天尤人、悲观失望，应尽自己最大努力打好手中的牌，才能使生命更有意义、更精彩。

做人做事以大局为重

事事以大局为重，维护团体利益，才能实现双赢。

以大局为重，说起来容易，做起来却很难，因为以大局为重有时候会损害到个人的利益。当个人利益和集体利益发生冲突时，以大

局为重的人能够从整体出发，高瞻远瞩地看待问题，从而提出最佳应对方案，最终获益也更大。有的人则以自己的利益为重，丝毫没有为全局考虑，虽然他的眼前利益没有损失，但可能因此造成“满盘皆输”的局面，最终他的损失更大。而缺乏大局观，对于个人能力的提升也是一个极难突破的瓶颈。

办公室的张大姐三十多岁了，心思缜密，办事沉稳干练，深得大家的喜欢。刚来办公室不久的小王是个年轻的女孩子，热情活泼，也很受大家欢迎。开始办公室里有说有笑，其乐融融，然而过了一段时间问题出现了，张大姐和小王之间积怨很深。原来小王年轻爱打扮，每天早上上班前都会在办公室里照照镜子、擦擦脸什么的。张大姐看不惯小王那些行为，认为她是有意显摆，在同事面前出风头，时常说

些不冷不热的话。小王年轻，不甘心受欺负，也会故意去激怒张大姐。久而久之两个人的关系就非常紧张了。

这种事情看起来似乎有些好笑，然而在我们的工作中却时常发生，因为一杯水，一句玩笑话等反目成仇的例子比比皆是。很多事情自己往往不觉得有什么，然而却在别人的心里留下了不好的印象，一不小心就容易伤了和气。于是办公室的气氛变得很紧张，大家工作起来都不舒服，对个人升迁也不利。

在工作中，因为能力的有限或沟通的不当，一起工作的同事可能会犯这样或那样的错误。然而人非圣贤，孰能无过？在同事犯错的时候，我们应当看到，我们以后也可能会犯同样的错误，甚至更为严重。那个时候我们需要

的肯定不是冷嘲热讽，而是真诚的关心。所以不要讥笑、讽刺那些犯错的同事，要尽力帮助他们，维护他们的自尊心，这样才能维护和增进彼此的友谊，共同进步。

以大局为重，从大局出发，蔺相如在这方面无异为大家做了一个良好的榜样，廉颇“负荆请罪”的故事也千古美名扬。

战国时期，赵王得到了一件无价之宝，名叫和氏璧。秦王对此虎视眈眈，于是向赵王提出用城池换和氏璧，赵国都知道这是一个骗局，但都惧怕秦国的强大而无计可施。蔺相如挺身而出，上演了一出“完璧归赵”的好戏。赵王因此封蔺相如为大夫。

秦王一计不成又生一计，过了几年，他邀请赵王赴渑池会，意图羞辱赵王一番，蔺相如

用自己的机智，不仅保护了赵王的安全，而且也保全了赵王的名声。蔺相如再次立了大功，赵王封他为上卿。

蔺相如的官位已经在廉颇之上，老将军廉颇对此十分不满。他心想，自己辛辛苦苦出生入死才封为将军，可是蔺相如仅凭着几句话就做了比我还大的官，他决定去找蔺相如理论一番。这件事被蔺相如知道后，蔺相如便称病不上朝，避着老将军。

有一天，蔺相如坐车出去，远远看见廉颇骑着高头大马过来了，他赶紧叫车夫把车往回赶。蔺相如手下的人看见后都问：“您见到廉颇像老鼠见了猫似的，为什么要怕他呢！”蔺相如对他们说：“诸位请想一想，廉将军和秦王比，谁厉害？”他们说：“当然秦王厉害！”蔺相如

说：“秦王我都不怕，会怕廉将军吗？大家知道，秦王不敢进攻我们赵国，就是因为武有廉颇，文有蔺相如。如果我们俩闹不和，就会削弱赵国的力量，秦国必然乘机来打我们。我之所以避着廉将军，为的是我们赵国啊！”

蔺相如的话传到了廉颇的耳朵里。廉颇静下心来想了想，觉得自己为了争一口气，就不顾国家的利益，真不应该。于是，他脱下战袍，背上荆条，到蔺相如门上请罪。蔺相如见廉颇来负荆请罪，连忙热情地出来迎接。从此以后，他们俩成了好朋友，同心协力保卫赵国。

不同的是，大家的生活经历各异，认知立场等也各不相同，往往在同一个问题上产生不同的理解或看法，甚至产生一些争论都是在所

难免的。廉颇是武将，他衡量战功的标准是沙场杀敌，所以才会觉得蔺相如的功劳不值一提。蔺相如以大局为重，处处避让廉颇。假如蔺相如为了一己的名声，和廉颇理论争吵，闹得不可开交，赵国的实力大损，那么在虎视眈眈的敌国面前就危险了。蔺相如从大局出发，最终感动了廉颇，文相武将，协力配合，力保赵国在混乱的战国时代国泰民安。

我们应该以大局为重，这是一种优秀的品质，能以大局为重的人，才能担当重任，才能让自己的能力不断提升，获得更高的成就。以私利为重，甚至为了私利损害大局，这样的人能力永远不会提升。没有大局观的人，没有足够的责任感，也就没法有所成就。

当然，从大局出发并不是指一味地迎合别

人。在不危及他人的自尊心的情况下，陈述与对方不同的意见，或者委婉地指出对方的缺点、不足或失误，是不会影响与别人的交往的。一味地恭维迎合别人，只会让别人觉得自己没有主见，对自己产生轻视。

合作是一种极为有效的工作模式，通过合作，我们可以发现自己的不足，学习别人的长处，从而提升自己的能力。事事以大局为重，维护团体利益，才能实现双赢。在一个团队中，如果人人为了自己的利益，处处拆台，损害集体的利益，最终失败的不仅仅是团队，更是个人。

第四章 学海无涯——活到老学到老

人生是一个不断学习的过程，也只有不断学习才能让人始终保持进步。还记得那个“龟兔赛跑”的故事吗？兔子跑得很快，可是它睡了一觉便被跑得很慢的乌龟所超越。不学习的人，也会被别人超越，会被社会淘汰。“活到老，学到老”，始终保持谦虚认真的态度，我们才能超越自我，成就辉煌人生。

不同的思维，不同的结果

思维定势如同锁链一般，束缚着人的思想，让人变得碌碌无为。

无论是在生活中还是工作中，思维定势的情况都常常出现。固然，定势思维可以在解决很多问题的时候提供经验，但一个人如果过分地相信定势思维，束缚在陈旧的规则中，则很容易导致失败。无数事实证明，伟大的创造、天才的发现，都是从突破思维定势开始的；但如果在自己的思维定势里打转，即使是天才也走不出死胡同。

爱迪生小的时候曾经被大家视为白痴，学校甚至因此而将他劝退，家人为此忧心忡忡。

其实那只是大多数人的思维已经形成定势，无法理解小爱迪生脑子中那些稀奇古怪的想法。经过自己的艰苦努力，爱迪生终于将很多被别人认为是异想天开的想法变为了现实，成为了世界上最伟大的发明家之一，一生有一千多项发明，后人都认为他是一个天才。

很多天才小时候都被别人当成傻瓜，很大程度上便是因为他们脑海中的想象力太过脱俗，一般人根本无法理解，于是对他们产生了排斥。但这些在别人看来天真甚至愚蠢的想法，真的是异想天开吗？大多数时候答案是否定的。

许多发明的诞生都是发明家们一些奇思怪想的结果。常人的思维陷入定势，没有创造性的思维，也便没有独特的创意，更别说为此而

努力了。那些勇敢的发明家，有了想法之后便无惧别人的嘲笑，努力地为了实现自己的想法而不断钻研，虽然他们遭遇过许多失败，但这些失败都为他们后来的成功作了铺垫，他们最终获得了成功。打破常规想法，走出思维定势，便是他们成功的源泉之一。

很多事情发生时，我们往往会忽略这件事情的具体情况，而是通过习惯和经验作出判断，很多时候，这种判断是不恰当的。如果我们抛掉思维定势，换个角度看问题，那么得到的结论可能就大不相同。

在一堂课上，一位教授向他的学生们提出了一个问题：一个聋哑人到五金店买钉子，为了让售货员明白自己要买的是什么东西，他左手做出拿钉子的样子，右手做出拿锤子敲打的

样子。售货员马上给他拿来一把锤子，聋哑人摇了摇头，右手指了指左手，于是顺利地买到了钉子。

“那么请问，如果一个盲人要去五金店买剪刀，用什么方法最简便呢？”教授问道。

一个学生马上抢答：“他只要伸出两个手指头做剪刀剪东西的动作就行了。”其他的学生也表示赞同。

教授最后说道：“他其实只要开口说自己想买把剪刀就行了。这个问题的目的就是要告诉大家，一个人要是被思维定势所困，就会走入思维的死角。”学生们听完之后都陷入了沉默，是啊，盲人只要说出自己的要求就可以了，可是大家的思维却依然停留在了聋哑人那里。

在我们的生活中，人们总是习惯依照已有的套路和模式去解决问题，通常情况下都能很轻松地把问题解决。但正是这些约定俗成的套路和模式，阻碍了人们去解决出现的新问题。所以，当我们感到无路可走时，换一种思维方式，跳出惯性思维，也许马上就能找到一条新的道路，一个新的目标，一种新的境界，从而使问题得以解决。

思维定势如同看不见的锁链，束缚着我们的思想。有了思维定势，我们会被困在一个看不见的牢笼中，始终无法走出去。这些看似理所当然的陈旧思想，容易抹杀我们的创意，让我们甘于平庸碌碌无为。

勇敢地剖析自己，直面自己，当机立断，打破那些束缚自己的锁链，我们才能改变自己

的处境，让自己的潜能在新的环境中得到尽可能的发挥。如果我们甘心受到它的束缚，不想改变，只是怨天尤人，那么我们只会渐渐变得平庸。

社会发展速度越来越快，如果我们跟不上时代的步伐，必然要被时代远远地甩在后面。而一味地恪守前人经验，拘于思维定势，不能把握时机，只能与成功失之交臂。思维定势，会给人的事业和生活带来消极影响。

思维定势会困住一个人的手脚，让他无法获取成功，想要在人生中有所作为，我们必须打破思维定势的束缚。一个人只有改变思维定势，遇到困难时才能找到更多的突破口，才能调整自己的行动和步伐，让自己朝着正确的目标前进，才能实现自我超越。

谦虚是一种使人进步的动力

“满招损，谦受益。”谦虚是企业和个人持续发展的不竭动力。

限于人生的经历和经验，每个人所获取的知识都是十分有限的，任何人都有自己的长处，也有自己的短处，有自己相对较弱的方面。当发现比我们强的人的时候，我们应当抛开虚荣，学习对方的长处。假若我们被虚荣心打败，我们也便失去了学习的机会，关掉了知识朝我们敞开的大门。也许别人有时候说的是“废话”，但是我们应该从中找到学习的可能，虚心向别人请教。虚怀若谷，会让一个人终生受益。

人往高处走，水往低处流，知识和经验也

是如此，如果一个人不懂得谦虚和低调，始终骄傲自满，那么他将失去进一步学习的机会。傲慢的人之所以得不到长久的发展，并非机会没有垂青于他，而是因为骄傲和虚荣，他们自己放弃了学习的机会。

不仅是个人，谦虚也是企业获得发展的重要因素之一。不懂得谦虚的人或企业在发展的道路上会受到很多限制，过分骄傲的话还可能会走向失败或灭亡。因为不懂得谦虚的人也不懂得向他人学习，而不懂得向他人学习的人无法进步与成长。要想在激烈的竞争中获胜，没有什么比虚心学习别人的长处更重要了。

当听到别人有益处的谈话时，谦虚的人会认为对方说得很有道理，而骄傲的人则会认为对方在废话连篇。不同的人对同样的谈话产生

不同的反应是情理之中的事情，但是这种不同的反应也会对个人产生不同的影响。

我们对于不能打动自己的谈话通常不会给予太多的注意，如果你认为别人说的都是“废话”，那么你只会把这些话当做耳边风，吹了就过去了。如果你认为对方的谈话有道理，你就会将其放在心上仔细琢磨，在生活中或工作上作为参考，对自己产生帮助。有时候灵感的产生就来源于这种不经意的触动，人生成败的关键，往往是因为这些小事。

经营公司同样如此。在看到别人先进的生产方式和工作方法时，你会因为觉得不错而对其借鉴吸收，或者向对方请教某些自己难以解决的问题，推动自己的事业进步。对于虚心的人，别人也都乐于给予他们帮助。

虚心的人，能够接受别人的意见，更好地充实自己。当然，虚心并不是指全盘接受别人的意见，而是有选择地加以区分，选择那些有益的建议。只有多多利用他人的帮助提升自我，才能更快地走向成功。

松下幸之助是日本著名的企业家，被成为“经营之神”。不过他在刚刚做生意时，也同大多数人一样，几乎什么都不懂。例如，开发了一件新产品，往往不知道该定价多少？为了弥补自己的不足，他常常跑到零售商那里去求教。他认为如何制定恰当的价钱，去询问常与消费者接触的零售商是最好的办法。

松下幸之助出示了新产品，然后问他们：“像这样的产品可以卖多少钱？”他们会坦诚地告诉松下幸之助产品的价格，照着零售商

的话去做都没有出过错。而且那样做不必付学费，也不需伤脑筋，没有比它更划算的了。

当然不是什么事情都这样简单，但这是最基本的原则。能虚心接受人家的意见，能虚心去求教他人，才能够集思广益，这比你独自摸索要少出很多错。如果你能培养这种“虚心”，能虚心接受他人的意见，虚心向他人学习，你就离成功不远了。

在学校中，学生们可以通过老师耳提面命的教育，学到很多文化知识，也学到很多做人的道理，老师们就是他们最好的榜样。而对于刚参加工作的人来说，则可以向自己身边的前辈学习，以他们为榜样。作为公司的老员工，他们熟悉公司的章程和行事规则，企业文化也在他们身上得到了最好的体现。观看前辈们的

言行，或者帮助前辈们做事，不知不觉中我们便能受到前辈们的熏陶，锻炼自己的职业技能。当然，我们在跟随前辈的时候要做到“择其善者而从之”。

松下幸之助和同事们虽然同在一个办公室工作，可是每次打电话时年轻的同事便在旁边聆听。因为松下幸之助的声音和口气已经深深印在他们脑海里，所以当他们打电话时，口气便很像松下幸之助。果然，外面有了良好的反映，他们对松下幸之助说：“你的员工和你一样精明。”

当然，在前辈们身边做事很可能会在心理上产生不平衡，因为对方的实力高出许多，有的时候可能并不会太在意我们的感受。我们应该树立一种意识，在前辈们身边做事，一方面

帮他们做事，一方面领悟体会他们的优点。通过不断地学习，让自己变成一名好员工。

无论是谁想要自己的能力日益精进，都必须要以谦虚的态度对待一切。从一个人向别人学习的态度能看出这个人谦虚与否。不懂得谦虚的人，即便有再好的老师相教，他也无法学到任何东西，不学习的人，如同逆水行舟，不进则退，被周围的人超越。印度奥修大师曾经说过："当你谦虚的时候，一切存在的事物都会成为你的老师。如果佛在你身边，你们之间却没能建立亲密的关系，那么是因为你不懂得谦虚。"谦虚，是推动一个人进步的不竭动力。

学会真诚地赞美他人

赞美别人，仿佛在用一个火把照亮了别人

的生活，也照亮了自己的心田，有助于发扬被赞美者的美德和推动彼此友谊健康地发展，还可以消除人际间的隔阂和怨恨。

俗话说："好话一句，做牛做马都愿意。"这也说明，人人都希望得到对方的肯定，人人都喜欢听好话。我们常说："良药苦口利于病，忠言逆耳利于行。"但是，在生活中，真正能听得进逆耳忠言的人却并不多，因此，说话时不妨灵活变通，适当加入一些技巧，说些赞美别人的话。

韩非子曾经说过一句话，大意是：要适当地赞美别人的优点和长处，这是正确处理人与人之间关系的一条重要而实用的法则。任何人都乐意听好话，听别人赞美自己的长处和优点，而不愿意听别人直说自己的短处和缺点。

爱慕虚荣之心人皆有之，尤其是在他们觉得做没有多大把握的事情时，非常愿意看到自己在这些没什么把握的事情上表现不凡，获得别人的称赞。

赞美是一门学问，巧妙赞美别人，不仅会赢得对方的尊重，还会提高你在别人心目中的地位。只要是优点、是长处，对别人没有害处，你就可以毫无顾忌地表示你的赞美之情。因为他代表欣赏一个人的某个特点，并肯定这个特点。当然，赞美别人对自己也会有所帮助。因为，你若想让对方接受你的观点或想法，就必须先让对方能够静心倾听你的想法。如果对方连听都没有听进去，更谈不上接不接受。而要对方倾听，就不可使对方产生反感。此时赞美的话就会发挥最好的效用，赞美别人的同时，也吸引了对方的注意力，对方才有时

间静心倾听你的想法。

一天，莫宏去邮局寄信，她在排队等候的时候无意中发现了一个问题：柜台内的女职员一脸冷漠，看来对自己的工作非常不耐烦。莫宏是一个善解人意的女孩，她完全可以理解职员的言行，因为他们年复一年地卖邮票、称信件、找零钱、发收据，耐性再好的人也免不了厌倦。

于是莫宏想，我一定要赞美她，让她高兴起来。不过，她身上有什么优点值得我由衷地赞美呢？她观察了片刻，发现这个职员有一头非常漂亮的头发。

当轮到她寄信时，她立刻真诚而友善地说："您的头发真漂亮，我希望自己也能拥有和你一样的头发。"

职员诧异地看了莫宏一眼，马上露出笑容说道："谢谢，谢谢，这是我今天得到的最好的礼物！"接着，她们开始了愉快的交谈，甚至留下了彼此的联系方式，成了好朋友。后来，这位女职员对顾客的态度也和善了许多。

由此可见，赞美能激发一个人内在的热情。当一个人受到夸奖之后，就会不自觉地变得愉悦起来，并会努力保持这份愉悦，用和善、友爱的态度去对待周围的人。这时，人与人之间的距离感就会缩短，甚至成为好朋友。因此，真心诚意地赞美对改善人际关系有极大的帮助。不过，称赞有别于阿谀奉承，缺乏诚意的赞美虽然悦耳，但无法触动人的内心，因为华丽的词句通常都是多余的。当你赞美他人时，如果态度稍微有一点儿偏差，对方都极有可能将它当成套话。

某家文化产业公司新来了一名职员，名叫乔芳，她说话斯文细气，乍看似乎很得人缘。但接触的时间一长，大家便发现了一个问题——乔芳满嘴说的都是些关于他人的好话。比如，看到张秘书今天穿了套新衣服，就跑过来拉着张秘书左看右看地说：“张姐这衣服是新款吧，您就适合穿这样有品位的衣服！”张秘书却说：“这衣服都好几年了，哪是什么新款。我下午要进仓库查货，所以才穿它！”有道是说者无意，听者有心，乔芳的好话让人听了有种虚伪造作、缺乏真诚之感。时间一长，大家就开始和乔芳疏远了，以至于让乔芳陷入了人际危机。

由此可见，赞美的妙用虽然到处可见，但若是用错了，就会令人处境尴尬。也就是说，赞美也需要把握火候，掌握分寸，这样才能使

你成为一个受欢迎的人。马克·吐温曾说过：“一句得体的称赞能让自己陶醉两个月。”相反，你若无根无据、虚情假意地赞美别人，他不仅会感到莫名其妙，更会觉得你油嘴滑舌、诡诈虚伪。例如，当你见到一位其貌不扬的小姐，却偏要对她说：“你真是美极了。”对方立刻就会认定你所说的是虚伪之至的违心之言。但如果你着眼于她的服饰、谈吐、举止，发现她这些方面的出众之处并真诚地赞美，她一定会高兴地接受。真诚的赞美不但会使被赞美者产生心理上的愉悦，还可以使你经常发现别人的优点，从而使自己对人生持有乐观、欣赏的态度。

同样是赞美一个人，称赞一件事，不同的表达方法取得的效果会大相径庭。因此，若想巧妙地赞美别人，要注意以下几个方面：碰到

自我意识强、警觉性高的人，可以投其所好适当赞美，但要让对方觉得你是由衷称赞他，称赞时眼睛要注视对方，流露出一种专心倾听对方讲话的表情，让对方意识到自己的重要，这样能达到一种无声胜有声的效果。另外，赞美也要有所见地，赞美对方的容貌，不如赞美对方的能力和品质更显得得体。赞美的话要选准时机，适可而止，不宜过多，当对方对你的赞美显示出不耐烦的样子时，你就要适可而止。若别人刚介绍你与对方相识，这时你就应该巧妙地称赞一下对方的名字，这样对方才会更容易记住你。

适当地赞美别人，说说赞美话也是处世之道。赞美是博得人心的好方法，只要话说到点子上，就能深入人心，在与他人打交道、共事时就会变得轻而易举。但是，它不是拍马屁，

也不是奉承。因为你不实的夸奖和赞美，只会起到反作用。阿谀奉承等于以伪币行贿，而真诚赞美才是无本的投资。

努力成为不可替代的人

老板想要的是人，是那些“不可替代”的积极工作的人。

无论我们处于什么样的岗位，在做何种工作，我们都应当不断学习，不断提升自己，不断让自己获得新的机会，让我们做得更多，朝自己的目标更近一步。在工作之外，我们应当为他人做一些有价值的服务，以此来训练和培养自己的进取心。通过不断地学习，让自己变得不可替代。

一个人只有树立了让自己变得不可替代的想法，才能在生活中在事业上有所作为，才能有坚定地毅力保持不断地学习，不断地提升自己。当自己在别人眼中变得重要起来的时候，我们便成功了一半。周围的人会欢迎你这个积极进取、并能做出重要贡献的朋友。朋友们会敬佩你，同事们会尊重你，顾客们会欣赏你。一个不可替代的人，将会得到老板的肯定和奖励，不断获得更多的机会和更高的报酬。

巴黎一家五星级大酒店有个小厨师，长得并不英俊，憨憨的，谁都可以说他两句，他都照单全收。他没有什么特别的长处，做不出什么上得大场面的菜，所以他在厨部里只当下手。但是他会做一道非常特别的甜点：把两个苹果的果肉都放进一个苹果中，那个苹果就显得特别丰满，可是外表上看，一点儿也看不出

是两个苹果拼起来的，就像是天生就那样的，果核也被他巧妙地去掉了，吃起来特别好吃。

这道甜点被一位长期包住酒店的贵妇人发现，她品尝后，十分欣赏，并特意约见了做这道甜点的小厨师。贵妇人虽然长期包了一套最昂贵的套房，但一年中也只有不到一个月的时间在这里度过，但是，她每次到这里来，都会指名点那道小厨师做的甜点。

酒店里年年都要裁去一定比例的员工，经济低迷的时候，裁员的规模会更大。不起眼的小厨师却年年风平浪静，就像有特别强大的后台和背景。后来，酒店的总裁告诉小厨师，那位贵妇人是他们最重要的客人，而他是酒店里不可或缺的人。

任何时候，社会都需要优秀的人才，“适者

生存”正是竞争选择的结果。只有无论从事任何工作都全力以赴、一丝不苟的人，才不会为自己的前途担心，因为他们知道自己无论在什么岗位上都是不可替代的。世界上到处都是散漫粗心的人，那些善始善终者始终是供不应求的。

西班牙著名的智者巴尔塔沙·葛拉西安在其《智慧书》中告诫人们：“在生活和工作中要不断完善自己，使自己变得不可替代。让别人离了你就无法正常运转，这样你的地位就会大大提高。”

一些生物学家在研究中发现了一个很有趣的现象，在搬运食物的蚂蚁中，有少数蚂蚁总是“偷懒”。大部分的蚂蚁都很勤快，争先恐后地寻找和搬运食物，而那少数的蚂蚁却东张西

望地不干活。它们是如何在蚁群中生存的呢？

为了解开这个疑惑，生物学家做了一个实验：他们把这些懒蚂蚁都做上标记，断绝蚂蚁的食物来源，并破坏了蚂蚁窝，然后观察结果。

这时，发生了令生物学家意想不到的情况。那些勤快的蚂蚁只会一筹莫展，而懒蚂蚁则“挺身而出”，带领伙伴向它早已侦察到的新食物源转移。接着，他们再把这些懒蚂蚁全部从蚁群里抓走，实验者马上发现，所有的蚂蚁都停止了工作，乱成一团。直到他们把那些懒蚂蚁放回去后，整个蚁群才恢复到繁忙有序的工作中去。

大多数蚂蚁都很勤奋，忙忙碌碌，任劳任怨，但它们紧张有序的劳作往往离不开那些不

干活的懒蚂蚁。懒蚂蚁在蚁群中的地位是不可替代的，它们能看到事物的未来，能正确地把握当前的行动，使自己在蚁群中不可替代。

原来如此！那些“懒蚂蚁”才是不可替代的蚂蚁。这也可以解释为什么有的人在工作中看似清闲，可有可无，却始终身居要位，薪水不菲。只有不可替代的人，才不会被社会所淘汰。

并非只是掌握着某种非凡技能，处于某种特殊岗位的人才是不可替代的。平凡的工作者，只要将自己的本职工作做好，做到精益求精，同样可以使自己变得不可替代。

每天都有人在失业，他们在抱怨着命运的不公，社会福利的不公。是现在不需要那么多人工作了吗？不，每天都不断出现的招聘启事

足以证明答案是否定的。大多数老板们所需的员工并不需要出众的才能，而是需要朝气蓬勃与尽职尽责。很多员工觉得自己的工作不重要，觉得自己不重要，于是在工作中没有积极性，最终因为粗心、懒惰、做不好分内的事遭到解雇。老板想要的，是那些“不可替代”的积极工作的人。

很多人好逸恶劳、贪图享受，不能将自己的本职工作做好，更无法培养出一丝不苟的工作作风，虽然他们换了很多工作，可是无论在哪个岗位上他们都不是“不可替代”的人，最终只能悲伤地在不同的工作岗位上换来换去，始终无法取得成功。

努力学习，让自己成为不可替代的人，这才能让一个人在激烈的竞争中始终处于优势。

生命不息，学习不止

在成功路上立足的根本基础就是：学习、学习、再学习。

很多人将学习理解为学生在课堂上学习文化知识，这种认识是狭隘的。学习不仅包括在学校里照本宣科的学习，也包括参加社会培训，包括向长者汲取经验，向成功者获取成功的秘诀等等。

仔细看看成功者与失败者的不同，我们会发现成功者都是善于学习的人。他们的一生中都在用一种最积极的态度去学习，学习专业技能，学习社会知识。他们习惯以乐观的态度对待自己遇到的各种问题，遇到困难时，他们会认为这是最好的学习机会，不断地通过战胜困

难而让自己进步。而失败者则相反，遇到困难和挫折时，他们会怨天尤人，指责环境的不好，错过了改善自己的良机。一个不善于学习的人，很难成为成功者。

很多人将自己的失败归咎于环境不好，认为自己没有获得好的机会和条件，在进行了这样的一番自我安慰后，他们便取得了心理平衡，从而放弃了学习，放弃了自我能力的提升，在得过且过中消磨着美好的时光。我们应该看到，只有我们自己才能对自己的人生负责，自己未来的生活会变成什么样子，很大程度上要受到我们在生活中的态度的影响。

时代发展瞬息万变，知识进步日新月异，稍不留神，我们今天引以为豪的知识可能在明天就变得落伍了。假如我们因为眼前的一点知

识便沾沾自喜，放松了学习的脚步，很容易就会被身边的人超越。只有放下骄傲与自满，虚心好学，永远对知识充满渴望，才能让自己不断进步。

李嘉诚是一个很重视知识的人，他在任何情况下都要抓紧时间学习知识。这也让他在竞争中一直处于领先地位。李嘉诚12岁来香港即负起赚钱养家的重任，他上进心极强，工作之余同事打麻将玩乐，他就捧着书埋头苦读，天天如此。

如今李嘉诚八十多岁了，仍爱书如命。他最爱科技、经济、哲学、历史方面的书，每晚睡前都要看一会儿。现在资讯科技的发展如日中天，他也跟着天天更新知识。他形容自己不是求学问，而是抢学问。

李嘉诚从不看小说，也不看娱乐新闻，从不睡午觉，挤出来的时间，他用来吸收最新知识。每天早上7点30分，他的下属就会把当天有关他业务的剪报放在他的办公桌上。他不但要跟随社会进步，还要比社会跑快一点。从他跳出塑胶花厂到发展地产，再搞电讯、港口、网络、投资国外等生意中都可见一斑。

“我要建立的不仅是中国人感到骄傲的企业，而且是让外国人也看得起的企业。”

早期来港的内地企业家大多学识较浅，更不懂英文。李嘉诚苦读英文，让自己走在了竞争对手们的前面。早在他办塑料厂时，就已订阅有关塑料的英文杂志，了解世界最新的塑料行业动态。当年，懂英文的华人在香港社会是“稀有动物”。懂得英文，使他可以直接飞往

英美，参加各种展销会，直接谈生意，使他可以与外籍投资顾问杜辉廉、汇丰银行的大班们打交道。后来，他还收购了“和黄”，成了洋人的老板。

这里大家可能会有疑问，李嘉诚每天都要工作十个小时以上，他哪里会有额外的时间学习英文呢？原来，他早年专门聘请了一位私人教师每天早上7点30分上课。上完课后就马不停蹄地赶去上班，天天如此。

在这个世界上，追求成功的人有无数个，但最终能爬上成功的金字塔尖的人则寥寥无几。想要登上成功的巅峰，并没有捷径可走，只有通过努力地学习刻苦攀爬。可能有人凭借一些其他条件暂时登上了一定的高度，但如果他不学习，迟早会被人从这条狭窄的成功之路

上超越。曾经有位成功人士在自己的随笔中写道："成功的路上，没有止境，但永远存在险境；没有满足，却永远存在不足；在成功路上立足的根本基础就是：学习、学习、再学习。"

在生活中，处处都有需要我们学习的地方，时时刻刻都需要我们保持着学习的心态。要想不断地学习，就需要具备一种谦虚的学习态度和良好的心理悟性。俗话说："水满则溢。"骄傲自满的人即便做出学习的模样，也无法真正学到知识。

"三人行，必有我师"，先哲孔子曾经这样说过，他也身体力行，实践着自己的话。他不仅问礼于老子，也向农夫询问种田的知识，他从不因为对方身份的卑微而轻视对方。每个人都有我们值得学习的地方，我们应该以孔子这

种人人皆可为师的态度告诫自己，保持永不满足的学习精神，不要让自己停下学习的脚步。

学习最重要的是持之以恒，不能“三天打鱼，两天晒网”。在学习的过程中，我们可以给自己制订各种学习目标，制订切实可行的计划，并且根据实际条件不断地作出调整。只有不断地学习，我们才会不断进步，在日益激烈的竞争中占有一席之地，不断朝着成功前进。

学习力比学历更重要

比学历更重要的是学习力。学习力不仅代表着一个人的知识水平和学习能力，还代表着他接受知识、理解知识、运用知识的能力。

社会上对于学历的追逐似乎刮起了一阵旋

风，各种用人单位在自己的招聘启事中对于学历的要求越来越高，而人们也热衷于参加各种有关学历的考试，考研热，考会计热，各种资格证书都变得热门起来。学历或证书真的有那么重要吗？实际上并非如此。

当然，这并不是说学历或证书不重要。他们能在一定程度上证明一个人的实力，也是一个人努力学习的一种证明。但过分迷信学历，以为取得学历后就高枕无忧了，那就大错特错了。学历和证书所代表的是一个人对于理论上的知识和以前的知识的学习，这些知识往往会落后于时代进步的步伐。仅凭一些过去的知识，是无法应对工作中日益发展变化的要求的。一个只知道以学历和证书沾沾自喜，固步自封的人，在新的社会竞争中往往会处于下风。

比学历更重要的是学习力。学习力不仅代表着一个人的知识水平和学习能力，还代表着他接受知识、理解知识、运用知识的能力。学历只是一时的代表，学习力却是不断延续的。在获得学历的时候，更重要的是保持学习力。

很多人认为从学校毕业，远离了考试，人生便不再受学习的困扰。其实在我们进入了社会的同时，我们也进入了一个新的知识环境和学习场所，只不过在这里衡量一个人优异与否的标准不再是考试分数和证书，而是以工作能力、职位、晋升速度来比较高下。优异的学历可以让人从一个较高的平台上起步，但如果没有学习力，停止了学习，就很容易被后来的人赶超。

一颗种子，如果你收获了之后，将这颗种

子封存起来不再动，那么它永远只是一颗种子。如果将这颗种子播种下去，精心培养，那么它将长成一株健壮的植物，让你收获到更多的果实。学历便如同这颗种子，只有不断地学习，提高自己的学历，才会让自己的人生有更丰硕的收获。

有一只猫和一只老鼠都住在屋檐下，它们彼此相安无事地过了好多年，因为老鼠很聪明，每次要从洞里跑出来前，都会先听听外面的声音，如果是狗叫，就可以出来，如果是猫叫，就得再等一阵子，因为猫是老鼠的天敌，它可不希望成为猫利爪下的美食。

有一天老鼠按照过去的习惯，听听外面的声音，结果听到的是一阵狗吠，老鼠想外面一定很安全，于是大摇大摆地从洞里走了出来，

不料却被守在洞口的猫逮个正着，小老鼠十分惊慌，更加不解，对着猫说：“我刚刚明明听到的是狗叫的声音，为什么却被你猫大爷捉到呢？”

这时猫露着微笑，摸着自己的胡须说：“开玩笑，什么时代了，这年头不学第二种语言哪能混呀！光靠老底儿是不行的，得不断学习和进步啊。”

有学历而没学习力的人，即使暂时能适应工作的要求，也会逐渐地被工作抛弃。只有像猫那样不断学习，才能在不断变化的形势中跟上时代的需求，满足工作的需要。王永庆、包玉刚、李嘉诚，这些赫赫有名的人都没有很高的学历，真正让他们拥有叱咤风云能力的是他们不断学习的能力。“活到老，学到老”。不断

学习，是我们必须保持的。

即使再高的学历，也不能保证一个人能获得成功，而充满足够的学习力的人则能一往无前地前进。即便遇到了困难，学习力也能让他们直面困难，战胜困难；而抱着学历不放，以为自己高高在上的人，只能是摔得很惨。

一位博士毕业被分到一家研究所工作，成了所里学历最高的人。有一天他到单位后面的小池塘去钓鱼，正好两个同事也在这里钓鱼。同事同他打招呼，他只是朝他们微微点了点头。他是博士生，跟这两个本科毕业生有啥好聊的呢？

不一会儿，其中一位同事放下钓竿，伸伸懒腰，从水面上蹭蹭蹭地径直走到池塘对面去上厕所。博士眼睛瞪得眼珠都快掉下来了。水

上飘？不会吧？这可是一个池塘啊。那人上完厕所回来的时候，同样也是蹭蹭蹭地从水上“飘”回来了。怎么回事？博士实在拉不下面子去问，自己可是博士啊！又过了一会儿，另一位同事也站起来，同样“飘”过水面去上厕所。这下子博士更是差点昏倒：不会吧，难道这是一个武林高手集中的地方？

不久博士也开始内急了。这个池塘两边有围墙，要到对面厕所必须绕十分钟的路，而回单位上又太远，怎么办？博士不愿意去问两位同事，憋了半天后，也起身往水里跨：我就不信他们能过的水面，我堂堂博士不能过。只听“咚”的一声，博士栽到了水里。

两位同事见此，赶紧将他从池塘里拉了出来，问他为什么要往水里跳。博士浑身已经湿

透，可他不顾自己而是反问道：“为什么你们可以走过去呢？”两位同事相视一笑：“这池塘里有两排木桩子，由于这两天下雨涨水正好在水面下。我们都知道这木桩的位置，所以可以踩着桩子过去。你怎么不问一声呢？”

博士沉默了，这两个学历不如自己的同事给自己上了一堂生动的课。无论是本科生还是博士生，学历已经成为过去，也只能代表过去。只有这种不断增长的学习力才能帮助自己赢得未来。只有保持永久的学习力，拥有旺盛的求知欲和包容心，才能让人实现从优秀到卓越的转变。

学习力就是一个人的竞争力，不要让学历把自己深陷其中，以致看不到整片的蓝天，要随时学习把自己垫高，让自己看得更高更远，

让学习发掘自己身上更大的潜能，让潜能使我们对这个社会更有贡献。

练就好口才

只要我们勇于尝试，从尝试的结果中，找出成功或失败的关键，口才自然是越练越好。

说话是人的一种基本能力，这是因为，在人的大脑里虽然早就储存了“语言习得机制”，但没有人是天生口才就好、能言善辩的，即使是令人钦佩的名嘴或演说家，也不是在任何场合说话都能赢得满堂彩。说话和其他才能一样，需要日积月累，不能一步登天。口才好的人也是在一次又一次的经验中借着观察听众，逐渐掌握技巧，不断提升自己的说话能力的。说话是为了让他人能理解自己，借谈话来取得

互信和互谅。如果你认为对方无法理解你的意思，就不去花时间与心力和他交谈，那么这就表示你并不了解说话的功能。因此，练出好口才是人生的必修课。

春秋战国时代的大说客苏秦，曾经在鬼谷子门下学艺。出师后先去游说家乡洛阳的东周之君周显王，周显王不信任他，他只好远赴秦国游说秦惠王，结果因为秦惠王“方诛商鞅，疾辩士，弗用”（《史记·苏秦列传》）。苏秦被弄得脸上无光，伤心地回到家里，妻子不把他当丈夫，嫂子不把他当小叔子，父母不把他当儿子……苏秦毫不灰心，翻箱倒柜，找出了鬼谷子给他的《太公阴符》，经过一年的反复琢磨和演习，周游列国，获得巨大成功。

很多在口才上取得成就的人，他们大多认

为自己并不善于言辞。那么他们为什么能够靠嘴上功夫吃饭呢？很简单，正因为他们自认为口才不佳，才会加倍努力去提升自己的表达技巧。

某集团公司领导人出访某国，同某国外财团谈判关于合资经营新型浮法玻璃厂的问题。由于对方以其技术设备先进的优势漫天要价，使谈判一度陷入了僵局。

后来，该财团所在地的市商会邀请集团公司领导人发表演讲，这位领导人在讲话中若有所指地说："中国是个文明古国，我们的祖先早在1000多年前就将四大发明的生产技术无条件地贡献给了人类，而他们的后代子孙从未埋怨他们不要专利是愚蠢的，相反，却称赞祖先为推进世界科学的进步作出了杰出的贡献。现

在，中国在与各国的经济合作中，并不要求各国无条件地让出专利权，只要价格合理，我们一分钱也不少给。”这场不卑不亢的精彩演讲，赢得了与会者的赞赏，更赢得了那个国外财团在谈判中的妥协与让步，使双方的合作得以实现。

所谓口才好，并不表示一定要舌绽莲花、八面玲珑。许多人在非正式的场合与朋友共聚一堂时，总能说些幽默、逗趣的话，而大受欢迎。但这些人在参加一些正式会议时，却变得沉默寡言，凡事都以“是”、“不是”、“有可能”或“不知道”来回答。也就是说，他们无法在正式的场合说出得体的话。

狄里斯在西欧被称为“历史性的雄辩家”。据说，他天生声音低沉，且呼吸短促，口齿不

清，旁人经常听不清他在说些什么。当时，在狄里斯的祖国希腊，政治纠纷严重。因此，能言善辩的人格外引人注目，备受重视。尽管狄里斯知识渊博、思想深邃，十分擅长分析事理，能预见时代潮流和历史发展趋势。但是，他认为自己缺乏说话技巧，会被时代所淘汰。

于是，他作了一番周密细致的思考，准备好了精彩的演讲内容，第一次走上了演讲台。不幸的是，他遭到了惨重的失败，原因就在于他声音低沉、肺活量不足、口齿不清，以至于听众无法听清楚他所言何事、何物。但是，狄里斯并不灰心，他反而比过去更努力地训练自己的说话能力。他每天跑到海边，对着浪花拍击的岩石放声呐喊；回到家中，又对着镜子观察自己说话的口型，练习发声，坚持不懈。狄里斯如此努力了好几年，功夫不负有心人，当

他再度上台演说时，博得了众人的喝彩与热烈的掌声，并一举成名。

要想拥有好的口才，就必须刻苦勤奋、坚持不懈地努力练习，才会获得令人惊奇和瞩目的成功。因此，我们不应该放过任何一次当众练习讲话的机会。

著名剧作家曹禺曾说，哪一天我们对语言着了魔，那才算是进了大门，以后才有可能登堂入室，成为语言方面的富翁。那么，我们应该怎样来具体学习、锤炼语言呢？下面介绍几种可行、有效的方法。

1.多读书，多看报。

现代生活中，报纸、书籍已经成为人们生活的必备品。在读书看报时，备一支笔、一些

卡片纸和一把剪刀，把所见到的好文章，或让自己心动的话语画出来，或者剪下来，或摘抄在卡片纸上。每天坚持做，哪怕一天只记一两句，也会有所收获。日积月累，在说话的时候，也许就会不经意地用上它们，从而使自己的讲话内容丰富起来。“熟读唐诗三百首，不会作诗自会吟”的经验之谈，是大家所熟悉的，它告诉人们要学习口语，提高说话的技巧，就应多读书，多看报。“穷书万卷常暗诵”，吟咏其中，则可心领神会，产生强烈的兴趣。

2.善于学习。

对于谈话的题材和资料，一方面要认真地去吸收，另一方面要好好地去运用。懂得如何运用，可以使一句普通的话发挥出惊人的效果。学习吸收的目的是为了更好地应用，不能

应用的吸收毫无意义。

熟悉名篇佳作的精彩妙笔，则会获得丰富的词汇，自己演说和讲话时，优美的语言亦可随手拈来。只要我们潜心苦读，勤记善想，揣摩寻味，持之以恒，就能像郭沫若所说的那样“于无法之中求得法，有法之后求其他”了。

3.要注意搜集警句、谚语。

在听别人的演讲或别人的谈话时，随时都可以听到表现人类智慧的警句、谚语。把这些话在心中重复一遍，记在本子上，久而久之，谈话的题材、资料就越来越多，说起话来也就越来越条理清楚，出口成章。

4.提高观察问题、思考问题的能力。

提高自己的表达能力，就要不断提高自己

观察问题、思考问题时的敏锐性，丰富自己的学识与经验，并增强想象力与敏感性。随着表达能力的提高，我们的生活也将丰富多彩，整个人的个性素质和各方面的能力都会提高，从而成为一个说话高手。

5.深入生活。

生活是语言最丰富的源泉。要使自己的语言丰富起来，一个闭门造车，与外面世界没有接触的人，是很难如愿的。老舍曾说：“从生活中找语言，语言就有了根。”这话含有很深刻的道理。

6.扩大知识面。

知识贫乏是造成语言贫乏，特别是词汇贫乏的一个重要原因。如果《红楼梦》的作者曹

雪芹没有相应的词汇，就难以描写贾府上上下下的规矩、内内外外的礼教，王熙凤的泼辣、干练、狠毒性格就难以惟妙惟肖；如果《水浒传》的作者不懂得江湖勾当，不懂开茶坊的拉线及趁火打劫的种种口诀，他就不可能把那个成了精的虔婆王干娘刻画得绘声绘色。如今，人们都喜欢用“爆炸”这个词来形容某一方面的快速增长，比如：信息爆炸、知识爆炸、人口爆炸等等。改革开放以来，新词语铺天盖地而至，令人目不暇接，大有“爆炸”之势。

要想练就过硬的口才，就必须一丝不苟，刻苦训练，正如华罗庚先生在总结练“口才”的体会时所说：“勤能补拙是良训，一分辛苦一分才。”

每个人都是一笔宝藏

自信，是人类运用和驾驶宇宙无穷大智的唯一管道，是所有“奇迹”的根基。

每个人都是一座宝藏，只是有的人还没有发现自己的价值罢了。有的人较早地认识到了自己的价值，逐渐建立起自信，让自己变得更优秀。而有的人则没有认识到自己的与众不同，觉得自己只是一颗普通的石子，日渐消沉，最终让自己失去了发光的机会。

有一位心理学家在街上行走，看到两位年轻的女孩儿在一起逛街。她们中的一个身材优美，相貌漂亮；而另一个则相貌平平，身材也一般。但是这两个女孩子的举止却大不相同。漂亮女孩儿的行为拘谨，情绪十分烦躁；而长相一般的女孩儿则举止大方、性情开朗，似乎在用她的快乐感染着身边的每一个人。在心理

学家看来，相貌平平的那个女孩儿要比相貌出众的那个女孩儿有魅力得多。

他的心中有些不解，为什么长得漂亮的女孩儿反而不如她身边那个平凡女孩儿有魅力呢？带着不解与好奇，他寻找机会分别与两个女孩儿交谈了一番。原来这个长得漂亮的女孩儿成长于一个并不和睦的家庭，父母常常吵架，对她不管不问。上学后，因为成绩不突出，老师也不怎么在意她。上班之后，领导也常常因为工作问题责骂她，她整天处于自卑之中，脾气也变得暴躁起来。而那个相貌一般的女孩儿，成长在一个充满温暖幸福的家庭，父母给了她无微不至的关怀和鼓励，引导她正确地认识自我，使她建立了自信这种宝贵的人生品质。而她们两人展现出的魅力的差别，本质上是自信的差别。

自信能使人产生勇气、力量和毅力，只有自信的人才可能战胜困难，才能达到目标。自信源自自己在充分认识自我基础上的肯定，自信也产生于自己对于自身周围事物的积极对待。

从前，在非洲有一个农场主，一心想要发财致富。一天傍晚，一位珠宝商前来借宿。农场主对珠宝商提出了一个藏在他心里几十年的问题：“世界上什么东西最值钱？”

珠宝商回答道：“钻石最值钱！”

农场主又问：“那么在什么地方能够找到钻石呢？”珠宝商说：“这就难说了。有可能在很远的地方，也有可能在你我的身边。我听说在非洲中部的丛林里蕴藏着钻石矿。”

第二天，珠宝商离开了农场，四处去收购他的珠宝去了。农场主却激动得一宿未合眼，并马上作出一个决定——将农场以低廉的价格卖给一位年轻的农民，就匆匆上路，去寻找远方的宝藏。

第二年，那位珠宝商又路过农场，晚餐后，年轻的农场主和珠宝商在客厅里闲聊，突然，珠宝商望着书桌上的一块石头两眼发亮，并郑重其事地问年轻的农场主这块石头是在哪里发现的。农场主说就在农场的小溪边发现的，有什么不对吗？珠宝商非常惊奇地说这不是一块普通的石头，这是一块天然钻石！随后，他们在同样的地方又发现了一些天然钻石。后来经勘测发现：整个农场的地下蕴藏着一个巨大的钻石矿。而那位去远方寻找宝藏的老农场主却一去不返，听说他成了一名乞丐，

最后跳进尼罗河里了。

假如老农场主能认真地看清自身的资源，那么坐拥亿万家财的人就可能是他了。他不了解自己的状况，尽管有目标，却盲目地前进，最终离自己的目标越来越远。最可贵的宝藏并不一定在远方，往往在于我们自身，只有充分认识自己，才能取得自信。

人是自己命运的舵手，自信就是指引人生小舟舵向的罗盘。没有自信的人，在人生中沉浮辗转，始终都无法找到前进的方向，无法到达成功的彼岸。自信与人生的成败息息相关。

春秋战国时代，一位父亲和他的儿子出征打仗。父亲已做了将军，儿子还只是马前卒。又一阵号角吹响，战鼓雷鸣，父亲庄严地托起一个箭囊，其中插着一支箭。父亲郑重地对儿

子说：“这是家传宝箭，佩带在身边，力量无穷，但千万不可抽出来。”

那是一个极其精美的箭囊，厚牛皮打制，镶着幽幽泛光的铜边儿，再看露出的箭尾。一眼便能认出是用上等的孔雀羽毛制作。儿子喜上眉梢，贪婪地推想箭杆、箭头的模样，耳旁仿佛听见嗖嗖地箭声掠过，敌方的主帅应声折马而毙。

果然，配带宝箭的儿子英勇非凡，所向披靡。当鸣金收兵的号角吹响时，儿子再也禁不住得胜的豪气，完全背弃了父亲的叮嘱，强烈的欲望驱赶着他呼一声就拔出宝箭，试图看个究竟。骤然间他惊呆了。

一支断箭，箭囊里装着一支折断的箭。“我一直带着这支断箭打仗呢！”想到这里，儿子吓

出了一身冷汗，仿佛顷刻间失去支柱的房子，意志轰然坍塌了。结果不言自明，儿子惨死于乱军之中。

拂开蒙蒙的硝烟，父亲捡起那支断箭，沉重地啐一口道："不相信自己的意志，永远也做不成将军。"

在自己的人生中，自信是极其重要的。拿破仑曾说："自信，是人类运用和驾驶宇宙无穷大智的唯一管道，是所有'奇迹'的根基，是所有科学法则无法分析的玄妙神迹的发源地。"我们要坚信，只要我们胸怀自信、脚踏实地、绝不退缩、永不言弃，我们就会发现成功就在我们不远处，这就是自信的价值。

学会将压力变为动力

能把压力转化为动力的人，无疑有着高超的生活智慧，他们最终也会有所成就。

我们生活在一个充满着竞争的时代，而且竞争愈演愈烈。随着社会的发展变化，人们对于生活水平的要求也越来越高，社会对于教育的期待也越来越高，而与之对应的，人们身上的压力也越来越重。学业的压力，工作的压力，家庭的压力等等，压得人们几乎喘不过气来。并因此使人们产生了许多倦怠感和紧张感。

当压力产生时，我们无法逃避，只能摆正心态合理地对待它。合理地看待压力，将压力转化为动力，可以激发人的潜能，催人奋进。能把压力转化为动力的人，无疑有着高超的生活智慧，他们最终也会有所成就。

王先生是一名业务经理，负责整个公司产品的销售工作。每天工作勤勤恳恳，尽职尽责，一心想把工作做好。可事与愿违，随着社会竞争日趋激烈，同类产品不断涌出，经济效益每况愈下，王先生感到越来越难做。而当初立下的军令状就像一座大山一样重重地压在他身上，使他喘不过气来。

王先生越来越感到一种莫名的恐惧，仿佛看到前任经理的今天就是自己的明天，感到自己力不从心，重压之下，干脆选择逃避，竟然三天没上班，手机也关掉，在家什么事情也做不了，约朋友出来聊天也显得心事重重。到了第四天，垂头丧气的王先生找到心理医生：“现在的我真是累啊，一进公司就感到紧张，自己以前的那种干劲不知到哪里去了。现在我只想找个安静的地方，静静地睡上一觉，再也不想

面对这些烦恼的问题。”

王先生过分看重工作业绩，并没有根据实际情况制订合理的工作目标，更没有根据实际条件的变化而调整自己的目标。当工作目标不能完成的时候，他过分自责，造成了过重的心理负担，焦虑和恐惧的情绪随之而来。在巨大的压力面前，王先生选择了退缩和逃避。

退缩和逃避是不负责任的，虽然可以暂时得到解脱，但那些需要解决的问题依然在等待着他去解决。如同喝酒，虽然可以让人暂时麻醉，忘却烦恼，但是酒醒之后会让人更加痛苦。退缩与逃避是一种不负责任的表现，往往会将事情变得更糟。有的人甚至希望通过这种方式来获得别人的同情和照顾，来避免面对现实的问题，时间长了反而让自己的心理产生问

题。

压力是在所难免的，人生本来就会面临各种各样的压力，我们应该勇敢地承担压力，不断地提升自己的抗压能力。当压力来临时，我们要学会调整自己，将压力转化为动力，让它推动着我们前进。

孟子曾说，“天将降大任于斯人也，必先苦其心智，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”这段话便阐述了压力对于人的磨练作用。一个有压力感的人，才会驱使自己认识到自己的不足，才会促使自己不断地学习，提高自己。

不同的压力下，不同的人反应不同，而不同的人对相同的压力反应也不同，有的人抗压能力强，有的人抗压能力弱。抗压能力并不是

天生的，它虽然受到一定先天性格因素的影响，但更多地取决于后天的训练。“沙漏哲学”便是一种调整压力的好方法。

第二次世界大战时期，米诺肩负着沉重的任务，每天花很长的时间在收发室里努力整理在战争中死伤和失踪者的最新记录。源源不断的情报接踵而来，收发室的人员必须分秒必争地处理，一丁点儿的小错误都可能造成难以弥补的后果。米诺的心始终悬在半空中，小心翼翼地避免出任何差错。

在压力和疲劳的袭击之下，米诺患了结肠痉挛症。身体上的病痛使他忧心忡忡，他担心自己从此一蹶不振，又担心自己是否能撑到战争结束，活着回去见他的家人。

在身体和心理的双重煎熬下，米诺整个人

瘦了34磅。他想自己就要垮了，几乎已经不奢望会有痊愈的一天。身心交相煎熬的米诺，终于不支，住进了医院。

军医了解他的状况后，语重心长地对他说："米诺，你身体上的疾病没什么大不了，真正的问题是出在你的心里。我希望你把自己的生命想象成一个沙漏，虽然每天都有一大堆的工作等着去做，但是我们必须一次一件慢慢来，否则我们的精神绝对承受不了。"医生的忠告给米诺很大的启发，从那天起，他就一直奉行着这种"沙漏哲学"，即使问题如成千上万的沙子般涌到面前，米诺也能沉着应对，不再杞人忧天。

他反复告诫自己说："一次只流过一粒沙子，一次只做一件工作。"没过多久，米诺的身

体便恢复正常了，他也学会如何从容不迫地面对自己的工作了。

不能改变的事情，即便我们再忧虑也不会发生改变，我们不妨试着一件一件地将事情做好。这样压力便能慢慢地得到排解，情绪也会不再烦躁不安。

遇到压力时，不要惊慌，不要逃避，要学会运用智慧对其进行排解，不断提高自己的抗压能力，将压力变为动力。对待压力，要放得下，无论在任何情形下都要保持平和的心态和理性的思考，保持宽广的胸怀，平静地对待一切，做到处事不惊。

将压力变为动力，才能推动我们在人生道路上不断前进。

学会思考，改变未来

有句外国谚语如此说道：“一个小时思考胜于10天盲目工作。”

我们是否有过这样的经历呢？当领导把任务分配给我们，或者有一些急事需要我们处理，于是我们未及细想，急急忙忙就去做了。等到做完才发现，原来很多时候我们是在盲目工作，白费力气。盲目工作，只能是浪费精力和资源。想要避免掉入盲目工作的陷阱，保持理性的思考是关键。思考和不思考，会产生很大的差别。

古时候，有个先生想考考他的两个学生。于是，给了他们每人一两银子，看谁先买好能装满一间房子的东西。一个学生不假思索，马

上买了最便宜的稻草。结果，银子全用了，房子还没装满。另一个学生开动脑筋，想出了个好主意。他用半两银子买了几根蜡烛，在房子里的各个角落点上，烛光充满了整个房子。先生连声称赞这个爱思考的聪明学生。

爱思考的学生，既达到了老师的要求，又节省了金钱，可谓是一举两得。而不爱思考的学生花掉了所有的钱也没有完成老师的要求。这种思考的能力也使得两个人之间产生了差距。曾经有心理学家说过，如果你每天将一个小时完整地用于思考某个问题上，5年后，你将成为那个领域的专家。

一个人通过思考，可以看到自己的不足之处，能够找出自己与别人的差距，从而制订出自己在未来的目标。通过思考，他可以找出通

往目标的切实可行的办法，不断实践。并且在实践的过程中，他能通过思考改进自己的计划，让自己更好地前进。思考是一种巨大的力量，懂得思考人生的人，才能把握自己的人生。

很多创意的产生都是源自思考。思考推动着人类社会的进步，很多伟大的发明，就是发明家们在认真思考后的结果。思考，甚至可以创造出奇迹。飞机得以在天空中翱翔，便是在莱特兄弟的勤奋思考下得以实现的。

美国的莱特兄弟是人类历史上第一架动力飞机的设计师，他们为开创现代航空事业做出了不巧的贡献。他们的故事在全世界广为传颂。

莱特兄弟很小的时候便已经展现出在机械

设计、维修方面的特殊能力。他们善于思考，富于幻想，每当他们闲暇时，兄弟俩要么讨论某一个机械的结构，要么就去看工匠们修理机器。他们手艺精巧，还经常做出好些有创新意义的小玩具，比如会自由转弯的雪撬等等。

一天，出差回来的父亲给莱特兄弟带了一件礼物：一只会飞的蝴蝶。父亲轻轻地给玩具上了弦，小东西便在空中飞舞起来。小兄弟俩高兴得不得了，但他们觉得它飞得不够远，于是仿照它的样子做了几个个头更大的。这些仿制品有的可以飞几十米远，但他们制作的一个较大的仿制品却飞行失败。但这没有让他们难过，反而激起了兄弟俩制造飞机的念头。

1894年，莱特兄弟在代顿市开了一家自行车铺。由于他们俩工作认真，手艺好，再加上

价格合理，店铺的生意兴隆。富于创新精神的莱特兄弟当然不会满足于这些，他们不愿终生与这些自行车零件打交道，于是，他们决定开始去实现童年时的梦想。

莱特兄弟造飞机的想法得到了斯密森学会的赞赏。副会长写了一封热情洋溢的信件，并寄来了好多参考书籍。兄弟俩大受鼓舞，一有时间，他们就钻入书堆如饥似渴地饱读着航空基本知识。很快，他们有了造飞机的能力。

1900年10月，莱特兄弟制造的第一架滑翔机试飞了，但结果却不如人意，飞机只能勉强升空而且很不稳定。经过分析，他们才知道原来是他们所沿用的前人数据有理论上的错误。为了修正数据，他们制作了一个简易的风洞。根据自己亲自测试得到的数据作参考，莱特兄

弟的第三架滑翔机获得了成功。

滑翔机的飞行能力毕竟有限，莱特兄弟又开始了动力飞机的研制。他们废寝忘食地工作着，不久后便设计出了一种性能优良的发动机和高效率的螺旋桨，然后成功地把各个部件组装成了世界上第一架动力飞机。

思考的重要，不会引起人们怀疑，但并非每个人都能坚持用自己的脑袋去思考：由于知识的匮乏，有些人“情有可原”地不会思考；由于环境的复杂，有些人“身不由己”地被动思考；由于利益的驱使，有些人“以我划圈”地实用思考……

思考不仅受到正面因素的影响，也受到负面因素的影响。上面所讲的那些思考很大程度上便因为负面因素的影响。恐惧、愤怒、嫉妒

等，都会消极地影响人的思考，让人产生放弃或者不好的想法。这些思考并不能为人们带来创造性和建设性的改进。

从前，有一个缺水的边远小镇，居民要到3公里以外的地方去挑水吃。在这里，吃水是人们生活中的一大难事，缺乏劳动力的人家就更困难了。

困难就是商机。脑筋灵活的村民甲察觉到了其中的商机。他挑起水桶，以挑水、卖水为业，每担水卖得2角钱。虽然辛苦点，但还算是一条不错的路子。村民乙看了，觉得不能让他一家独占市场，也走上挑水、卖水之路，并且将两个儿子也动员进来，很快占据了市场的大头。甲想，你家劳动力强，不如我的脑袋瓜好。于是他略加思索，以柔克刚，买来了20副

水桶，请了20个闲散劳动力，由他们挑水，自己坐镇卖水，每担水抽成5分钱。这样，既省了力气，又多赚了钱。可时间一长，这些闲散劳动力熟悉了门道，不再愿意被抽成，纷纷单干去了。于是，甲一下子成了光杆司令，且竞争更激烈了。

但聪明人是难不住的。甲请人做了两个大水柜车，并租来两头牛，用牛拉车运水，效率提高了，成本却降低了，因此赚头更大了。这让其他人看得直眼红。

人们很快看到“规模经营”的优势，于是纷纷联合起来，或用牛拉车，或用马拉车，参与到竞争中。然而，正当竞争日益激烈时，人们突然发现，自己的水竟然卖不出去了——原来，甲买来水管，安装了管道，让水从水源直

接流到村子里，自己只要坐在家里卖水就行了，且价格大幅度下降，一下子垄断了全部市场。

有句外国谚语如此说道：“一个小时思考胜于10天盲目工作。”如果我们养成了良好的思考习惯，体味到思考的好处，便会主动爱上思考，并且让思考为改进我们的工作效率服务，为提高我们的生活质量服务。

培养专注的精神

黎明前的黑暗是最可怕的，然而也是相当短暂的，只需再坚持一下，阳光就会展露出笑容，散发出光芒。

一位哲人曾经说过：“如果在胜利前却步，

往往只会拥抱失败；如果在困难时坚持，常常会获得新的成功。”是的，成功在于坚持。我们每个人都应该把这句话记在心里，因为不管是面对事业、爱情还是家庭，我们都要学会坚持，否则的话，终将一事无成。而选择了一条路，就不要再回头张望，坚定地走下去，就会取得成功。也就是说，只有不给自己留余地，才可以让自己无后顾之忧，无牵无挂，一门心思地去追求成功。

有一位赫赫有名的华人企业家曾经这样说过：“我做行销为什么会成功？我记得有人告诉过我，大概拜访40个客户会成功—个。于是，我就这么想，‘如果我碰了39个钉子后，就会成功一个，那么我每碰一个钉子，都离成功近了一步，我应该高兴。为什么要生气、难过、畏惧呢？被人家轰出来又怎么样，被轰出来39

次，我就会成功一次’。所以，每次碰一鼻子灰我都会很高兴，我做事情都是‘扫地毯式’的，一个都不漏过，先敲门，再想怎么说。如果我只是想‘完了’，就不敢敲门了。所以说，被拒绝并不是件坏事。在创业中，我也遇到了很多问题，我会这样想，挫折可以使我们学到一些东西，其中最重要的一种就是专注。通常情况下，也只有具备了这种专注的锲而不舍的精神，我们才能一步步地靠近成功。”

古时候，有两个人去挖井。第一个人比较聪明，在选址的时候，挑了一个比较容易挖出水来的地方；第二个人比较愚笨，不知道看地质，随便选了一个很难挖出水来的地方。

第一个人看见第二个人所选的地方，心中暗笑，便生出一计，想占第二个人的便宜，于

是假惺惺地说："我们来打个赌吧，我们来比比看，谁先挖出水来谁就是胜利者。失败者要请胜利者到本地最好的酒楼去喝酒。怎么样，敢不敢一试？"

第二个人想了想，觉得打个赌挖起来更有动力，于是就答应了。

第一个人自以为稳操胜券，三天打鱼两天晒网，挖一天的井，要休息两天。第二个人扎扎实实，一天也不歇息。

第一个人看到第二个人挖的比自己要深得多的深度就嘲笑他说："你呀，别费力气了。我看你永远也挖不出水来。"第二个人不理他，继续挖自己的井。

这时候第一个人开始对自己选的地方产生

了怀疑："挖了这么久，怎么还没有水呢？还是换一个更浅的地方吧！"于是他选了一个更容易挖出水来的地方，沾沾自喜地说："这下保准七天就能挖出水来。"可是到了第六天，他又开始怀疑了，为什么还不见水？是不是我看错了？于是，他又换了一个地方。就这样，第一个人换来换去的，始终没有挖出水来，每次都是离挖到水的地方只有一尺的深度他就放弃了。

再看第二个人，他挖的深度比第一个人所有的深度加起来还要深，当然，最后的结果是，终于挖出水来了。

冰冻三尺，非一日之寒，挖井也一样。其实，第一个人真的很聪明，每次选的地方都比上一次更容易挖出水来，如果他再坚持那么一小会儿，再努力地挖几下，可能就会挖出水

来，但是结果他却总是放弃了。

相反，如果不能坚持朝着自己的目标努力，在面对失败和困境的时候缺乏勇气，在最艰难的时候选择放弃，后果可想而知。其实，最艰难的时候往往就是最容易取得成功的时候，也许只要再坚持一下，最困难的时候就挺过去了，随之而来的就是成功。然而，如果放弃了，就永远也不会再有机会了。

恺撒在尚未掌权之前，是一位出色的军事将领。有一次，他奉命率领舰队前去征服英伦诸岛。在他检阅舰队出发前，才发现一个严重的问题。随船远征的军队人数少得可怜，而且武装配备也残破不堪，以这样的军力妄想征服骁勇善战的盎格鲁萨克逊人，无异于以卵击石。但恺撒当下还是决定启程，驶向英伦诸

岛。舰队到达目的地之后，恺撒等候所有兵丁全部下船，立即命令亲信部属一把火将所有战舰烧毁。同时他召集全体战士训话，明确地告诉他们，战船已全部烧毁，所以大伙儿只有两种选择。一是勉强应战，如果打不过勇猛的敌人，后退无路，只得被赶入海中喂鱼。另一条路是，不管军力、武器、补给足不足，都要奋勇向前，攻下该岛，则人人皆有活命的机会。士兵们人人抱着必胜的决心，终于攻克强敌，而恺撒也因为这次成功的战役，奠定了日后掌权的基础。

恺撒的领导智慧是“破釜沉舟”的最好体现，确实也是一种激励人心的良好方式。这也说明了，大多数成功人士之所以能成功，都是由于他能够一心向着他的目标所努力，为了达成目标，他能舍弃一切与他成功之路不相关的

事物，将眼光锁定自己的目标。

因此，我们也不妨学习一下恺撒大帝火烧战船、断绝后路的方式，来激励自己全力以赴。你可以暂时放下纷乱的思绪，静心省思，有哪些事物阻碍在通往成功的路上？当看清所有阻碍你成功的事物，诸如拖延、怠惰、消极意识时，再下定决心，先除去所有的障碍物，然后再断绝你所有的可退之路。唯有如此，才能够取得成功，如同求生的本能一般，那么地迫切而强烈，这种本能将引导你走向成功。

当这个目标一旦确立，这个梦想一旦在你的脑海中挥之不去，接下来的事情就是要不断地注意提醒自己，光有目标和梦想是不够的，要达成目标和梦想，还要设法跨越障碍。

荀子说：“骐骥一跃，不能十步，驽马十

驾，功在不舍。”骏马虽然比较强壮，腿力比较强健，然而它只跳一下，最多也不能超过十步；相反，一匹劣马虽然不如骏马强壮，然而如果它能坚持不懈地拉车走十天，照样也能走得很远。它的成功在于走个不停，也就是坚持不懈。“水滴石穿，绳锯木断。”为什么微不足道的水能把石头滴穿？柔软的绳子能把硬梆梆的木头锯断？说透了，还是因为坚持。一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴水坚持不断地冲击石头，就能形成巨大的力量，最终把石头冲穿。水到渠成，成功之前难免有失败，然而只要能克服困难，坚持不懈地努力，那么，成功就会出现在不远的明天。

正视自己的错误

持有一颗时时反省的心，我们能少犯很多的错误，也能很快地成长。

民谚有“浪子回头金不换”的说法，改过迁善是任何人在任何时候都可以而且必须遵守和实行的原则，尤其是对于那些所谓的“浪子”，意义更为重大。

现实中人人都会犯错，人人都会有失误的时候，关键是能不能及时认识到错误，能不能及时改善它，精明之人总能够做到迷途知返。人生在世，有错不思改正，或者口是心非，只能在错误的道路上越走越远。知错能改，则为君子之道。

维克多·格林尼亚出生在法国瑟儿堡一个有名望的资本家家庭。在格林尼亚青少年时代，由于家境的优裕，加上父母的溺爱和娇生惯

养，使得他在瑟儿堡整天游荡，盛气凌人。他没有理想和大志，根本不把学业放在心上，整天和瑟儿堡年轻美貌的姑娘们谈情说爱。

一次午宴上，刚从巴黎来到瑟儿堡的美丽的波多丽女伯爵竟然不客气地对他说："请站远一点儿，我最讨厌被你这样的花花公子挡住视线！"这句话如同针扎一般刺疼了他的心。他猛然醒悟，开始悔恨自己过去荒唐的行为，产生了羞愧和苦涩之感。他立志发奋学习，要追回过去虚度的光阴。

于是，格林尼亚离开了曾使他堕落的家庭，来到里昂拜路易·波韦尔为师。经过两年刻苦学习，终于补上了过去所耽误的全部课程，进入了里昂大学。在大学学习期间，格林尼亚的苦学精神赢得了有机化学权威人士菲利普·巴

尔的器重。在巴尔的指导下，他把老师所有著名的化学实验重新做了一遍，并准确地纠正了巴尔的一些错误和疏忽之处。终于，在这些大量的平凡的实验中“格氏试剂”诞生了。

格林尼亚一旦打开了科学的大门，他的科研成果就像泉水般地涌了出来，仅从1901年至1905年，他就发表了200篇左右的论文。鉴于他的重大贡献，瑞典皇家科学院授予他1912年度诺贝尔化学奖。

消息传开后，一天，格林尼亚突然收到了一封贺信，信上仅仅只有一句话：“我永远敬爱你！”这是波多丽女伯爵在久病中伏榻写给他的。

在人生中，无论凡人名人都免不了随时犯错误。此时，就要采取一定的补救措施或者矫

正之术，这样才能避免更大的损失，才能寻找到真实而正确的路走。

2000年，小布什击败戈尔成功当选为美国总统。就是这个堂堂的美国总统，年轻时候却是放荡不羁、缺乏自制力的“坏”青年。

学生时代的小布什，学习成绩一般，但对于吃喝玩乐他却样样在行。平时他整天与“狐朋狗友”四处游荡，无所事事。他最大的喜好是开着自己那辆哈雷·戴维斯摩托车，带着时髦女孩，在大街上飙车。除此之外，每天晚上，他总是泡在各色舞厅里，不到深夜不会回家，而且每次都是醉醺醺的。老布什看儿子如此不济事，多次谆谆教导，但是，小布什总把父亲的话当耳旁风，依然故我。

直到有一天，一个很特别的姑娘出现在他

面前，她的美丽和纯洁一下打动了“花花公子”。在这位姑娘的影响之下，小布什警醒了，他慢慢克制自己的放纵行为，奋发努力，投入政界。经过一番比拼，他终于成就了自己的辉煌，登上了总统的宝座。

豪威尔先生讲述他避免犯错误的秘诀时说：“几年来我一直有个记事本，登记一天中有哪些约会。家人从不指望我周末晚上会在家，因为他们知道，我常把周末晚上留作自我省察，评估我在这一周中的工作表现。晚餐后，我独自一人打开记事本，回顾一周来所有的面谈、讨论及会议过程。我自问：我当时做错了什么？有什么是正确的？我还能干什么来改进自己的工作表现？我能从这次经验中吸取什么教训？这种每周检讨有时弄得我很不开心，有时我几乎不敢相信自己的莽撞。当然，年事渐

长，这种情况越来越少，我一直保持这种自我分析的习惯，它对我的帮助非常大。”

豪威尔的这种做法可能是向富兰克林学来的。不过富兰克林并不等到周末，他每晚都自我反省。他说自己犯过十三项严重的错误，其中三项是：浪费时间、关心琐事及与人争论。睿智的富兰克林知道，不改正这些缺点，是成不了大业的。所以，他一周订一个要改进的缺点做目标，并每天记录赢的是哪一边。下一周，他再努力改进另一个坏习惯，他一直与自己的缺点奋战，整整持续了两年。难怪富兰克林会成为受人爱戴、极具影响力的人物。

自我反省是提高一个人认知能力和办事能力的手段。缺乏自我反省，就不能从根本上清理自己的错误。一个错误太多的人，只能在失

败的道路上走得更远。每一个人最大的敌人就是自己，我们应该具有反省自己弱点的能力。

古人说：“改过宜勇，迁善宜速。”改过是一切的开始，是你刷新人生的第一步，只有诚心地自我反省，才有相应的改进和取得成就。

我们要每天反省，每天改过。在我们的生活中，遇到所有问题都能抱持这样一颗心，一颗时时反省的心，我们能少犯很多过失，也能很快地成长。

寻找最为可靠的资本

我们苦苦寻找的成就事业最可靠的资本，其实就是我们自身。

任何高楼大厦的建设，都离不开精密的图

纸；任何成功的集会活动，都离不开周详的组织策划；任何人的成功，都需要一番认真的准备与计划。没有人能随随便便成功，草率的人无法成就事业。

想要成就一番事业，就必须有资本，那我们的资本在哪里呢？其实不用四处寻找，因为答案就在我们的身上，那就是我们自己。努力、奋进、坚强、负责等优秀的品质，帮助着我们成就事业。

一棵小树，只有深深地扎根地下，长年累月地努力汲取营养，才能长成参天大树；一座大楼，只有打好坚实的根基才能高高耸立直入云霄。人也是如此，在成就事业之前必须打好基础。凭空取得骄人的成绩，几乎是不可能的，很少有人没有经历漫长的准备便能成就一

番事业。

想要成就一番事业的人，不能存在侥幸心理，不能总是抱有成功会从天而降的心理。应该先将学问与经验一点点地灌入自己的头脑中作为将来成功的本钱，要知道社会上所需要的是受过好的教育和受过良好训练的人。在过去，也许一个人做到及格便能取得一份不错的工作和收入，但现在已经不行了。

如果你确立了明确的奋斗目标，并且知道为了这个目标你应该做些什么，那么你便可以朝着这个目标努力学习，不断奋斗。也许工作之后，各种各样的事情困扰着你，让你无法抽出时间进入学校进行专门的学习，你可以每天都拿出一定的时间做针对性的补充，时间久了也会取得良好的效果。

一天，一位职业规划师站在一家商店出售皮鞋的柜台前，和受雇于这家商店的一名年轻人聊天。年轻人告诉职业规划师说，他在这家商店服务已经7年了，但由于这家公司的老板“目光短浅”，他的工作业绩并未得到赏识，他非常郁闷，但同时，他似乎对自己很有信心：“像我这样一个学历不低、年轻有为的小伙子，还愁找不到一个体面而有前途的工作？”

正说着，有位顾客走到他面前，要求看看袜子。这位年轻店员对顾客的请求不理不睬，仍在继续和职业规划师发牢骚，虽然这位顾客已经显出不耐烦的神情，但他还是不理。最后，等他把话说完了，才转身对那位顾客说：“这儿不是袜子的专柜。”

那位顾客又问，袜子专柜在什么地方。这

位年轻人回答说："你问总服务台好了，他会告诉你怎样找到袜子专柜。"

"现在我知道你7年多来，一直没有遇到'伯乐'，没有得到升迁和加薪的机会的原因了。"规划师很严肃地对这个内心抑郁而可怜的年轻人说。

"什么原因？"年轻人问道。

"你刚才对顾客的态度已经说明了一切。"规划师毫不客气地说。

年轻脸上露出很不愉快的表情。规划师转身走了。

3个月后，当职业规划师再次光顾这家商店时，没有再看见那位满腹牢骚的小伙子。商店的另一名店员告诉规划师，上个月，公司人员

调整时，他被解雇了。

“当时，他非常震惊，也非常激动和气愤……”这名新店员描述道。

又过了几个月，一次偶然的机会，职业规划师在一条繁华的商业街上，又碰见了那个小伙子，小伙子的心情更加沉重了。他说：“时下经济不景气，找了几个月都没有找到满意的工作了……”

说完后，他匆匆离去，说是要去参加一个面试，虽然工作性质与原来的没有什么不同，薪水也不比原来的高多少，但他还是很珍惜这个面试机会，一定不能迟到。

职业规划师微笑着摇了摇头：“早知如此，何必当初！年轻人啊，可怜！”

如果一个人能抓紧自己的时间填充自己的生活与学识，那么他的事业一定变得很有前途。假如不注意自己，把自己事业的资本寄托在别人身上，期待着遇到高收入的职位，即便遇到了这种机会，以他的能力也不能胜任工作。今天不努力工作，明天就要努力找工作，上面的那个牢骚满腹的小伙子便是最好的例证。

许多人都受过好的教育，处理一些事情也有经验，似乎可以做出一番事业来，但是他们仍过着平凡的生活，甚至一败涂地。为什么这样呢？原因在于他们从不肯努力求学，无力克服面临的各种困难。

我们应该从现在开始，不断地追求上进，没有必要让那些没有意义的事情占用我们的时

间。不断地学习，不断地充实自己，虽然我们在很多方面存在不足，但我们的学识、经验等会得到长足的进步。即使我们在生活中，在工作中遇到困难，我们积累的这些有利资本也会帮助我们渡过难关，恢复力量。

我们要尽可能地培养自己的本领，将它积存起来。也许我们现在手中没有足够的物质财富，但我们的内涵要变得十分富足。这既包括强健的体魄、勇往直前的气概，也包括和善的态度和一丝不苟的性格。这些优秀的内涵，会让我们超越平凡，创造一番事业。

努力让自己变得优秀起来吧，这将是我们事业上可以依赖的最大资本。

第五章 自动自发——大鹏展翅显身手

职场如战场，形势风云变幻，机会稍纵即逝。在机会面前如何选择与放弃，在激烈的竞争中如何把握主动，是每个职场人员都必须学会的。驰骋风云还是碌碌无为？励精图治还是得过且过？每个人的未来，其实都把握在自己的手中。软弱的人选择被困难打败，勇敢的人则选择去打败困难。成功源于机遇，但更源于自己的选择。

不要只为薪水而工作

工作固然是为了生计，但绝不仅仅是为了生计。

大多数人在选择一份工作的时候，都会考虑一些很现实的问题，如工资多少，工作时间长短，福利待遇如何。高薪水，已经成为了很多人的奋斗目标和理想。但他们在选择工作的时候却忘记了最重要的一点，“我究竟是为了什么而工作呢？是为了高薪水，还是不断提升自己的能力呢？”

高薪水可以让自己的物质生活得到改善，但仅仅为薪水而奋斗，是无法走出平庸的生活模式的，也不会有真正的成就感。一个人如果

只是为薪水而工作，没有更加高尚的目标，那么最终只能让自己受到伤害，无法体验成功和幸福。

也许你目前的工作薪水并不高，如果你喜欢这份工作，认为你的能力可以在这里得到尽情施展的话，那么努力工作吧。靠着不断换工作以求得一份高薪，是无法攀上成功之阶的。最明智的办法便是选择一份即使酬劳不多，也愿意干下去的工作。当你热爱你的工作时，你会在工作中感受到无穷的乐趣，迸发出无限的动力。你的能力会更加出色并被周围的人认可，你也将成为炙手可热的人物，钱财自然就滚滚而来了。

大学毕业后，张小姐就职于一家公司的财务部门。工作伊始，老板告诉她：“试用期半

年。如果干得好，半年后涨工资。”

刚开始，张小姐对工作充满了热情，干劲十足，与公司里那些拖沓老员工相比，她简直太勤奋了。两个月过后，张小姐认为自己已经可以在公司独挡一面，她觉得凭自己的能力，老板应该现在就给她加薪，而不是等到半年后。

就这样，张小姐的心中有了一些不满的消极情绪，她的工作态度也逐渐发生了变化。她不再像以前那么细心了，上级交给她的任务，她也总是拖拖拉拉，马马虎虎地完成。在月末，单位赶制财务报表需要加班的时候，她对其他的同事说：“你们加班是应该的，我白天已经把我的工作做完了。”

说这话的时候，她的心中还在抱怨：我的

薪水比你们少，干嘛要和你们这样拿高薪的人一样，累死累活地加班呢？这一切变化，老板当然都看在眼里。

一晃半年过去了，老板并没有提出为张小姐加薪的事。张小姐心中的抱怨更多了，她觉得以自己的能力，拿这点微薄的薪水实在太委屈，心里很不平衡，一气之下便辞职离开了。

后来有一天她偶然在街头遇到一个先前的同事，谈到她当初的离开，她的同事说：“太可惜了，一个加薪晋升的机会就这样让你给失去了。那时，老板看你工作扎实，有很强的业务能力，本打算在第三个月就给你加工资的，主办会计的职务也准备让你在半年后担任。可惜后来你变了，这让老板对你很不满。这些都是老板说的。”

这多么令人惋惜，张小姐本来有很好的发展前景，就因为自己的短视而丢失了。假如她当初不是只盯着眼前的薪水，那么未来必然会得到更多的薪水回报。她失去的不仅仅是一次拿高薪的机会，而且也失去了一次在更高层次的岗位上锻炼自己、提升自己能力的机会。就因为只盯着薪水而工作，结果她反而与高薪水错过。

为了薪水而工作，这在年轻人中，特别是刚走出校园的同学中比较常见。有很多年轻人，教育让他们掌握了一定的知识和技能，当他们走出校园时，对自己抱有很高的期望值，认为一开始就应当受到重用，应该得到丰厚的报酬。工资的多少成为了他们衡量个人能力的标准，甚至互相攀比。固然，工资在一定程度上能反映一个人的能力，但更多的时候，只看

工资的多少是片面的。

刚刚步入工作的学生，往往缺乏工作经验，虽然年轻气盛，充满激情，却缺乏足够的稳重。多年的读书生活让他们的社会经验也比较缺乏，一开始是无法委以重任的。他们的工作并不是十分风光，薪水自然也就不高。于是他们对工作充满了怨言。

社会的就业形势变得愈加严峻，而以前的“铁饭碗”、“金饭碗”等也纷纷被打破，这让现在的年轻人将社会看得冷酷无情，也就变得更加现实。在他们看来，我为公司干活，公司付我一份报酬，等价交换，仅此而已。他们看不到工资之外的价值，工作时总是采取一种应付的态度，能少做就少做，能躲避就躲避，敷衍了事，以报复他们的雇主。他们只想对得起自

己拿的薪水，却从未想过是否对得起自己的前途。

工作固然是为了生计，但又不仅仅是为了生计。在工作中挖掘自己的潜能，释放自己的才干，实现自己的奋斗目标和追求，才是更加重要的。也许我们可以从下面的这个小故事中获得一些有益的启发。

在美国，有一位非常著名的教授，他有两个特别优秀的学生，约翰和杰克，他们天资聪颖，才能出众，兴趣爱好也很接近。对他们而言，找一份好的工作是轻而易举的事情。当时，教授的一个朋友正在创办一家小型公司，委托教授为他物色一个合适的人选。因此，教授建议他这两个学生前去试一试。

约翰应聘之后回来对教授说：“您的朋友只

给800美元的月薪，真是太吝啬了，我才不去他那儿工作呢！我已经通过了另外一家公司的面试，他们给我的月薪是1000美元。”

杰克也去应聘了，虽然对方给他的月薪也是800美元，他却欣然接受了这份工作。教授得知他的决定后问他：“你不觉得薪水太低了吗？”杰克回答道：“诚然，这里的薪水确实不高，而我也想赚更多的钱。不过您的朋友令我印象深刻，我觉得我可以从他那里学到很多东西，我觉得这份工作的前途很好。”

几年过后，教授询问了这两个学生的生活状况。约翰的月薪从1000美元提高到2000美元，而杰克的月薪却从800美元提升到了10000美元，还有期权和红利。不过几年而已，两个人的差别却已经是如此之大。而以后的时间

呢？这样发展下去，他们的差距会越来越大。

在选择工作时，约翰被眼前的薪水蒙蔽了眼睛，而杰克则是想要学习工作的东西。随着个人能力的提升，约翰曾经的“高薪”相比之下也不再高，杰克不断提升的能力却给他带来了真正的高薪。

工作的质量决定生活的质量。无论薪水高低，工作中尽心尽力、积极进取，能使自己得到内心的安宁，这往往是事业成功者与失败者之间的不同之处。如果我们仅仅把工作当成是赚钱的工具而随意对待，那么成功则会变成奢侈品。不为薪水而工作，不断提升自身的实力，高薪的到来也就变得自然而然了。

将工作负责到底

对工作负责不仅是工作最起码的要求，更是我们对自己人生的一种负责。

对工作负责，不仅仅是指在工作的过程中负责，还意味着我们还要对工作的结果负责，这也是对自己负责的一种表现。一个人如果想要在工作上有所成就，高度的责任心是必须拥有的素质。一个人，只有对工作认真负责。才能尽可能地在工作中避免各种问题的产生。当某些难以避免的问题发生时，对工作负责的态度也会帮助自己渡过难关，甚至从困难中寻找到某些契机，为自己的发展开拓新的道路。

有很多著名企业都会树立员工“将工作负责到底”的理念，这种理念也大大促进了他们的成功。让我们看看作为个人电脑销售老大的戴尔公司员工在实际工作中是如何做的。

一次，一个家住S市一个比较偏僻的胡同的青年人想买一台戴尔公司的电脑。他通过一张报纸了解到，戴尔公司对该市可提供上门送货服务，而且速度比较快。他想试试戴尔公司的服务速度和服务质量。

于是，他随意给戴尔公司打了个电话。然后坐在家里与朋友打麻将。大约一个小时后，门铃响了。他拿起话筒，对方称是戴尔公司上门服务的销售员。

他本想马上接待这位上门服务的人员，但早就听说戴尔公司的员工服务态度都相当好，他想试一试，于是他态度生硬地说："没看到我们正在玩麻将吗？半个小时后，我再接待你。"说完，他"砰"的一声，将门关紧了。

销售员当即说了一声"对不起"之后就转身

走了。他以为这位销售员肯定不会再来了，哪知半个小时后，门铃又响了。这个销售员又来了，一进门就说："对不起，刚才不知道您没空接待！"

买主见销售员不仅没有发怒，而且进门就赔礼道歉，不由得有些感动，于是感叹道："都说戴尔公司的服务质量和服务态度好，想不到还真是如此！"

"是的，我们公司崇尚的是在每一个环节和每一个阶段都一丝不苟，绝对不能出现任何伤害顾客的现象。"

戴尔公司要求每个员工都有将工作负责到底的责任心，正是员工的这种责任心让戴尔公司有了今天享誉世界的名声和业绩。不仅仅是戴尔，看看那些世界知名公司的发展与崛起历

程，他们的员工都具有高度的责任心，这也成为了他们企业文化中极为重要的一条。

在美国一所学校演讲时，麦金莱总统对他的学生们说："比其他事情更重要的是，你们需要尽职尽责地把一件事情做得尽可能完美；与其他有能力做这件事的人相比，如果你能做得更好，那么，你就永远不会失业。"

事情的确如此。各行各业都需要全心全意、尽职尽责，将工作负责到底的员工。因为只有在强烈的责任心的激励下，才能不断创造佳绩。

完成任务的过程中，必然会遇到很多障碍，最好的办法就是将障碍当成是实现目标的一种磨练。当你在困苦的环境中仍然能全身心地投入工作时，你最终得到的不仅是经济上的

报酬，而且还有人格上的自我完善。

将工作负责到底的人，遇到困难时会竭尽全力去解决问题，工作失误时会主动承担责任。这样的人看起来很傻，但实际上他们才是真正聪明的人。因为敢于承担责任，才是晋升之道。

在一家皮毛销售公司，老板吩咐三个员工去做同一件事：去供货商那里调查一下皮毛的数量、价格和品质。

第一个员工5分钟后就回来了，他并没有亲自去调查，而是向下属打听了一下供货商的情况就回来做汇报。30分钟后，第二个员工回来汇报。他亲自到供货商那里了解皮毛的数量、价格和品质。第三个员工90分钟后才回来汇报，原来他不但亲自到供货商那里了解了皮毛

的数量、价格和品质，而且根据公司的采购需求，将供货商那里最有价值的商品做了详细记录，并且和供货商的销售经理取得了联系。在返回途中，他还去了另外两家供货商那里了解皮毛的商业信息，将三家供货商的情况做了详细的比较，制订出了最佳购买方案。

一年后，第一个员工被解雇了，第二个员工保留原职，第三个员工被提拔为部门经理。

三个人对待工作的态度各不相同：第一个人只是在敷衍了事、草率应付；第二个人是在被动听命；只有第三个人是尽职尽责，将工作负责到底。老板在对待他们的态度上也各不相同。或许应当说，工作予以他们的回报各不相同。

当一个人真正把工作当成自己的事，对工

作充满责任感时，就能从中学到更多的知识，积累到更多的经验，就能在遇到困难时找到更多的解决问题的方案，从而成功化解危机，不断发展。

很多人，可能在年轻的时候养成了很多坏习惯，如半途而废、懒懒散散，当遇到需要处理的事情时，他们常常采取一些小伎俩来代替认真负责地工作。也许在开始的时候，他们可以蒙混过关，然而时间一久，他们便露出了马脚，最终受到工作的惩罚。

一个人无论做什么事情，都要竭尽全力，将自己的工作负责到底。一个人如果能处处以主动尽责的态度去工作，即便他从事的职业十分普通，他的个人魅力也会不断地提升，赢得更多的赞赏和支持，一步步走向辉煌的成功。

从一开始就要选择做对

只有选择正确的方向，才能到达理想的终点。成功者之所以成功，因为他从一开始就选择了做对。

细数成功者的优点可以发现，他们都是做事情精益求精的人。当一个人把一件事情处理得尽善尽美时，他所获得的快乐远非笔墨所能形容。而那些做事马虎敷衍的人，潦草完成自己的工作，丝毫不把工作当回事，也就无法从工作中寻找到乐趣，更无法获得提升自己的机会。

在某大型机构一座雄伟的建筑物上，有句感人至深的格言：“在此，一切都追求尽善尽美。”如果每个人都能采用这一格言，实现这一

格言，决心无论做任何事情，都要竭尽全力达到尽善尽美的结果，那么我们的世界将会充满幸福和美满。

显然，这样的重担并不能被寄托在一个不重视细节的人身上，因为他不可能从一开始就将事情做对，更不会追求精益求精，把事情做到最好。不重视细节的人，往往不会取得太大的成就，甚至常常因为马虎造成一些不必要的失误，而别人对于他们，也往往不会有太多的敬意。其实，无论是谁，无论是在工作中还是其他事情上，只要把握好每一个细节，一开始就把事情做对，就可以避免这些问题的产生。无论什么人，无论做什么事，一开始就要做对是最起码的要求。

十字绣这种手工活动在女生中非常受欢

迎。有一个女生，看到她的好朋友们都在绣，觉得很有意思，于是也买了材料绣了起来。开始的时候，她的热情很高，绣的速度也很快。看到图纸渐渐变成了一件精美的作品，她的心中甭提多高兴了。

然而在把绣好的两面缝在一起时，她发现出问题了，缝来缝去，十字绣的两个面总是不平整，仔细数了一下，原来第二面比第一面少了一行。无奈之下，她只好将缝好的十字绣拆掉，补上那缺掉的一行。费尽力气折腾了好久，人也变得烦躁，而十字绣也不如原本的漂亮，她开始时那股高兴劲儿也随之消失了。

其实在刚开始绣的时候，她也数过格子，只是当时太马虎，没有认真数清楚便以为数好了，这才让后来多了许多麻烦，甚至拆掉绣好

的那些重新返工。假如从一开始就数对格子，她也就不至于浪费如此多的精力了。我们在生活中是不是也常犯这种毛病呢？想做一件事情，于是怀着满腔热情便匆忙去做了，等到事情做到一半甚至做完时，我们才发现由于开始时的疏忽，使得实际效果和我们想要的目标相去甚远。

旅行时，为了到达目的地，我们总会选择一些适当的行走路线。如果不选择路线，一开始便闷着头走，即便能到达目的地，恐怕也会浪费过多的精力和金钱，更有甚者，可能会发生南辕北辙的事情。在生活与工作中，我们做一件事情总会有一个目标，经常会按照这个目标做一个详细的计划，再按照计划一步步地去完成。但如果这个目标制订的时候便是不正确的，我们却依然按照这个目标走下去，那么结

果往往与目标相差甚远。即使我们达到了当初设立的目标，在这个过程中我们所耗费的人力物力都要比原计划多得多，用一个词形容，便是“事倍功半”。如果从一开始就做对，那么我们便会收到另外一种效果，“事半功倍”。

一开始就把事情做对，前提是认真的工作态度和强烈的敬业精神。只有真正把工作当成自己的事，用老板的心态对待自己的工作，才会全身心地投入其中，并为之付出辛勤的汗水，直至达到自己的目标。反之，如果你认为自己只是在为老板打工，干一份活就拿一份薪水，你必定会在工作中偷奸耍滑，投机取巧。虽然从表面上看，蒙受最大损失的是企业，但事实上，吃亏最大的是你自己，因为你失去了取得成就最宝贵的品质——认真。

一位老板要提拔一名员工，绝对会挑选工作尽职尽责，凡事都力求做到最好的人。他们绝对不会看中那些拖拉懒惰、做事漏洞百出的人，他们最满意的人，做事时必须井井有条，不辞辛劳。

从一开始就做对，不但可以使你的精神愉快、身强体健，并且可以使你的才能迅速提高，经验日渐丰富，从而被老板委以更重要的工作。从这个方面来看，把事情做到尽善尽美是你一生成败的最关键因素。

许多人不能成功，总是找出这样或那样的借口，企图为自己的过错开脱。当然，这其中存在一些客观因素，但事实上，最致命的问题出在他们自己身上。

在很多时候，执行中的一点点纰漏，都会

导致结果截然不同。正如一位伟人所说："轻率和疏忽所造成的祸患不相上下。"建筑时小小的误差，可以使整幢建筑物坍塌；不小心掉在地上的烟蒂，可以使整幢房屋，甚至使整个村庄化为灰烬；手术时的小疏忽，可以使一个宝贵的生命凋零。

俞敏洪曾经说过："优秀是一种习惯。"只有从一开始就做对，我们才能逐步让自己变得优秀起来，久而久之变成了习惯，这种习惯会推动着我们不断进步。如果一开始就没有做对，那么很可能养成一些不好的习惯，对我们的发展和生活产生不好的影响。

一旦养成了从开始就做对的好习惯，你一辈子都会受益无穷，这也是成功者和失败者的分水岭。成功者与失败者之间最大的区别就在

于：他们无论做什么，都会力求达到最佳境界，毫不放松；无论从事什么职业，从不轻率。

为自己选择合理的定位

天生我材必有用，每个人都有适合自己的位置，这需要我们努力地探索寻找。

所谓选择定位，就是为自己设定一个行动目标，并通过自己坚持不懈的努力去实现自己的人生理想。一个人能否成功，往往并不是取决于他拥有多少有利条件，而在于他能否正确认识和期待自己，取决于能否为自己选择合理的人生定位。一个人如果能准确地为自己的人生定位，有利于激发自己的进取心，激励自己在人生道路上不断奋勇前行。

准确地为自己定位，是一个人成就自我的必要条件。每个人的自我定位各不相同，从而选择的发展方向也不同。比如有的人渴望成为一名外交家，他就会着重挖掘自己这方面的潜能，补充与之相关的知识；有的人想当一名数学家，他就会刻意地培养自己的逻辑思维能力、计算能力等相关能力；有的人想当一名光荣的教师，他就会在提高自己的知识水平的基础上，有意识地培养自己的耐心和口头表达能力。一个人只有合适的定位，才能最大限度地调动自己的主观积极性，发掘自己的潜能。

法国文豪大仲马，他的《三个火枪手》、《基督山伯爵》等作品享誉世界，不过在成名之前，他也换过很多工作，生活一度穷困潦倒。

有一次，他跑到巴黎去拜访他父亲的一个老朋友，希望他为自己找一份工作。那位老先生问他：“你有什么特长吗？”“很抱歉，老伯，我没有什么特别的本领。”大仲马如实答道。

“数学精通吗？”“不行。”

“你懂得物理吗？或者历史？”“什么都不知道，老伯。”

“会计呢？法律如何？”

大仲马羞得脸色通红，说道：“我真惭愧，您说的这几方面我都没有出色之处。我一定要努力补救我的这些不足，我相信在不久之后，我一定能给老伯您一个满意的答复。”

老先生对他说：“可是你总要生活啊？将你的住处留在这张纸上吧。”大仲马无可奈何地写

下了他的住址。就在这时，老先生高声说道：“你终究有一样长处，你的字写得很好呀！”

字写得好，可能很多人对此不屑一顾，这算什么？然而大仲马突然想到，既然字能写好，文章为什么就不能写好？他重新衡量了自己的人生定位，将写作作为自己的目标，终于取得了巨大成功，在世界文坛赢得一席之地。

与大仲马开始时的状态一样，在我们的生活中，有很多人总是抱着一副得过且过的心态，这其实是对自己不负责任的表现。对于每一个想要成就一番事业、实现自己人生价值的人来说，首先要做的就是充分认识自己，了解自己的特长和天赋，为自己准确定位。我们想要了解自己的特长和天赋，并在它们的引导下

挖掘别的长处，就要明确自己的劣势和缺点，并且虚心地改正自己的缺点，真正做到扬长避短。而没有生活目标，没有准确定位的人，则无法找到适合自己的奋斗方向，无法顺利实现自己的奋斗目标。

中国有句俗话，“男怕入错行，女怕嫁错郎。”当然，在现代职场，女性同样也怕“入错行”。很多人在事业失败反省自我的时候才发现，他们失败的原因并不是因为自身能力欠缺，而是选择了不适合自己的工作。他们的成就或许也曾风光一时，然而在这个并不适合自己的行业中，他们一直因为竞争而疲于奔命，无法体会到真正的快乐和满足，最终失败也就不令人奇怪了。一个人只有“入对行”，准确地为自己定位，选择合适的人生事业之路，才能让自己获得持续性进步。

为自己选择准确的定位，可以让个人最大限度地利用已有的资源。有些人看见别人都在考“MBA”，他也盲目地去考；有些人看见别人出国，他也奋不顾身地出国。现实证明，专科生未必不如本科生，本科生未必不如硕士生，硕士生未必不如博士生，只要把一门学问学通学透，就能在激烈的竞争中站稳脚跟。盲目跟风、付出，反而会因为精力过于分散而丧失原有的优势，最终难成大事。

为自己选择准确的定位，可以增强自己的抗干扰能力，更坚定自己的信心。有的人完全被金钱所奴役，选工作时只以报酬和时间为标准，甘愿放弃自己原本不错的职业，以至于前途尽毁，等到后悔的时候却发现已经太晚了。还有的人幸运地获得了一份好工作，得到了一个好职位，却觉得自己应该获得更好的职位，

轻易就放弃眼前的机会。这些人都是因为没有给自己准确定位，自视过高之过。

想要为自己选择准确的定位，首先必须充分了解自己，包括核心价值观、性格特点、天赋才能、缺点等，扬长补短，这可以通过自我探索获知，也可以请他人做评价，也可以做心理测试；其次要对自己所从事的职业有一个充分的认识，其中包括工作内容、知识要求、技能要求、经验要求、性格要求、工作环境、工作角色等，这可以通过向专业人士咨询来获取经验；再次要分析自己和职业要求的差距，不断提高自己的能力，直到完全适应工作需要，可以根据自身的现实条件制订一个详细的“计划书”，督促自己进步；清楚地认识自己，为自己准确定位，这也使你具备了从众多人中脱颖而出的可能。

天生我材必有用，每个人都有适合自己的位置，只是并不是每个人都能找到。它往往隐藏在迷雾中，很多人曾探索过，可是觉得前方路太过漫长，看不到希望就放弃了。每个人只有在最适合自己的位置上，才能完全释放出自己的能量，取得事业和人生的成功。为自己准确定位，是拨开云雾、通往成功的必经之路。

做一个有条理的人

当今时代，头脑是比金钱更为重要的东西，头脑清晰的人，更容易在竞争中占得先机。

在工作中，这样的例子随处可见：某个人匆匆忙忙地准备去做某事，突然想起来自己另一件事情还剩了一点尾巴需要迅速处理掉，于

是便去处理那件事情，然而又有很多新的事情等待他去处理，结果他忙得焦头烂额，什么都做了一点，却什么也没做好。

这便是缺乏条理的表现。一个做事没有条理的人，无论做什么事情都没有功效可言，即便他拥有聪明的头脑，想要取得成功大多只能是个空想。而做事有条理的人即使才能平庸，条理有序的做事习惯也会帮助他取得相当大的成就。

做事是否有条理是判断一个人做事严谨程度的标尺。在工作中，有些人的能力很强，却缺乏有条理的工作秩序，一接到任务便立刻埋头于工作中，结果把工作弄得一团糟。很多世界知名公司都将做事没条理视为公司大忌，写进了员工手册以便起到警示作用。而条理分明

的人则会事先制订好工作计划并严格执行，大大地提高了工作效率。做事有条理，不但能让一个人轻松掌握自己的工作，也能让他轻松掌握自己的生活。

曾经有一个著名的时间管理专家在为学生上课时做了一个实验：

这位专家拿出了一个1加仑的广口瓶放在桌上。随后，他取出一堆拳头大小的石块，把它们一块块地放进瓶子里，直到石块高出瓶口再也放不下为止。

他问："瓶子满了吗？"

所有的学生应道："满了。"

他反问："真的？"说着他从桌下取出一桶砾石，倒了一些进去，并敲击玻璃壁使砾石填

满石块间的间隙。

“现在瓶子满了吗？”

这一次学生有些明白了，“可能还没有。”一位学生低声应道。

“很好！”

他伸手从桌下又拿出一桶沙子，把它慢慢倒进玻璃瓶。沙子填满了石块的所有间隙。他又一次问学生：“瓶子满了吗？”

“没满！”学生们大声说。

然后专家拿过一壶水倒进玻璃瓶，直到水面与瓶口齐平。他望着学生，“这个例子说明了什么？”

一个学生举手发言：“它告诉我们，无论你

的时间表多么紧凑，如果你真的再加把劲，你还可以干更多的事！”

“不，那还不是它真正的寓意所在。”专家说，“这个例子告诉我们，如果你不先把大石块放进瓶子里，那么你就再也无法把它们放进去了。”

在我们的工作生活中，常常会遇到很多事情，有的非常重要非做不可，有的则是做不做都可以。如果我们不能分清事情的轻重缓急，没有最先把“大石块”放进瓶子，而是把精力分散在一些微不足道的事情上，那么我们的工作便会变得乱糟糟的没有头绪，甚至无法将工作顺利完成。

工作没有次序、缺乏条理的人，常常因为办事方法的失当，而蒙受极大的损失。他们不

知怎样去有效地措置业务；对于雇员的工作，他们不知道如何安排；做起事来，有的地方不及，但有的地方却过之；仓库里有许多过时、不合需要的存货，也不及时把货物整理一下，结果什么东西都纷乱不堪。久而久之，公司和个人的发展都陷入困境。

有很多人常常是一副十分忙碌的模样。无论你在什么时候遇见他，他都很匆忙，甚至是打个招呼都要看看手表，暗示他的时间非常紧迫。然而仔细看看吧，他们的办公桌上十分凌乱，他们的理由是很忙，忙得没有时间整理。再看看他们的工作呢？实际上处理得非常糟糕，也许他们的业务做得很大，可是他们的花费更大。究其原因，主要是他们在工作上毫无次序，十分杂乱。

史蒂夫是一家公司的经理。一天早上，和往常一样，他走进了办公室。迎面而来的是桌子上厚厚的报表，每天都是如此，他感到很头疼。不过迫于工作需要，他只好静静地坐下来，认真地审阅报表。不久之后，他的秘书走了进来说道：“经理，有一位客人想要见你。”

他皱了皱眉头，随口说道：“让他先在会客室等一会儿，我马上就过去。”

他又处理了一些事情，时间已经过去了很久，他才慢吞吞地走进会客室。而客人正焦急地在会客室里徘徊。他满面带笑地说：“真抱歉，我今天的事情太多了，实在抽不开身。”

客人听了他的话，气愤地说：“既然你实在没时间，那我们改天再谈吧。”说完客人转身便走了，看着那个客人慢慢消失在门口的背影，

史蒂夫有些不知所以然。

更令史蒂夫出乎意料的是第二天他被董事长叫去谈话，得知自己被公司辞退。原来他昨天的行为使公司损失了一笔成交额超过千万美元的生意。

一个做事没有条理的人，如果处在管理阶层，更谈不上有效管理员工了。他们也许经常督促员工，让员工做得快些，却没有任何章法可言。因此，他们手下的工作常常出现混乱不堪、毫无次序的情况。职员们做起事来，也很随意，有人在旁催促便认真去做，没有人在旁催促便敷衍了事。

办事有条理的人，做事会很镇静，显得平静祥和，绝不会显出忙乱的样子。他们懂得合理掌控时间，懂得办事的次序。他们的办公桌

整理得井井有条，他们的人际交往十分清晰，他们的事业会更加成功。他们富有条理、讲究秩序的作风影响到他的员工们，员工们都寂静无声地埋头苦干，各样东西安放得也有条不紊，各种事务也安排得恰到好处，绝无杂乱之像。

工作有次序，处理事务有条理的人，他们在办公室里决不会浪费时间，不会扰乱自己的神志，办事效率也极高。从这个角度来说，做事有方法、有秩序的人的时间显得更加充足，他的事业也必能依照预定的计划去进行。

当今时代，头脑是比金钱更为重要的东西。唯有那些办事有次序、有条理的人，才会成功。而那种头脑昏乱，做事没有次序、没有条理的人，则很难获得成功。

做事必须做到位

有时候也许我们做得已经很不错了，但往往是因为忽略了最后1%的不足，让我们之前99%的努力前功尽弃。

在工作中，每个人的工作职位不同，因而各自的职责也不同。对于军人来说，保卫国家是他们的天职；对于教师来说，培养人才是他们的职责；而对于医生来说，他们的职责则是救死扶伤……虽然每个人的岗位不同，职责不同，但是对于每个参与工作的人来说，都有一个最起码的要求，那便是做事做到位。

在工作中应该做事做到位，这就要求我们要有严谨的工作态度，积极的工作热情，对于自己的工作认真负责，绝不敷衍了事，尽自己

的可能将我们的工作做到最好。做事不到位，马马虎虎，只能让自己的工作效果变得很差，影响自己的职业前景。

曾经有一位中国学生在日本留学，为了增加自己的收入，他在一家饭店找到了一份洗盘子的兼职工作。饭店老板要求每个盘子用洗洁精洗过之后要冲七次，这个学生开始也确实是这么做的。

过了一段时间之后，他渐渐地心生厌倦。“只要冲三四次盘子就很干净了，为什么要冲七次呢？并且又没有人监督。”在一次洗盘子的时候，他恍然大悟。于是在以后的工作中，他自作主张地将冲盘子的次数从七次变成了五次，劳动量的减少让他觉得很轻松。

终于有一天，老板发现了他的这种偷工行

为，于是将他辞退了。他觉得很委屈，不就是少冲了两次盘子吗？于是他又到别的饭店去找工作，没想到那些老板都对他说：“你就是那个只冲五次盘子的中国留学生吧，我们不敢雇佣你，请你到别处找工作吧。”这个留学生这才明白自己犯的错误产生了多大的影响。找不到工作的他，最终痛苦地离开了这座城市。

这个留学生就是因为做事不到位，不仅丢掉了工作，也失去了做人的信誉。将工作做到位，对于一名工作者来说不仅仅是工作的要求，也是对个人品质的一种检验。一个将工作做到位的人，会得到别人的尊重，会得到上司的赞许，会得到合作者的信赖，他的职业前景也就更为广阔。

然而在我们自己身上，却常常出现做事不

到位的情况。也许我们想要多休息一会，也许我们想要做另一些事情，于是草草地完成任务。实际效果如何呢？我们可能忽略了很多细节，最终因为一些这样那样的问题，迫不得已将这些事情重做一遍。有的时候，做事不到位不仅影响自己，而且还会给他人带来很多的麻烦。在很多垃圾桶旁边的地上，我们都可以看到垃圾，原本只要多走一步，伸一下手就可以将垃圾丢进桶内的。就是因为这种做事不到位，给清洁人员们带来了更多的麻烦，他们必须将落在桶外的垃圾再捡到桶内，浪费了许多人力资源。做事不到位，浪费了自己的时间，也浪费了别人的时间。

也许我们会说，工作中的那些问题只是一些小事、一些细节而已，勉强完成就可以了，做不到位影响不大。所谓千里之堤，毁于蚁

穴。往往正是因为这些小问题，执行上的一点点差距，引发了更多更大的麻烦，导致结果与原本的预期相去甚远。很多人工作没有做到位，甚至他们已经做到了99%，就是那1%的差距，让他们与成功擦肩而过。

1%是什么？99℃的水很烫很烫，可它不会沸腾，不能被称为开水，它的价值便大打折扣；只要再升温1℃，水便会变成水蒸气，从而让人类进入了蒸汽时代，推动人类社会不断进步。有一位管理专家曾经这样说过，一个人的工作不到位，从自己手中溜走了1%的不合格，到用户的手中就是100%的不合格。做事做到位，将工作做到完善，从而从源头上杜绝了不合格现象的发生，也预防了很多意外事故的发生。

“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”，荀子曾经在《劝学》中如此写道。生活是这样，工作亦然。没有一点一滴的累积，也便成就不了大事。不把工作做到位，有丝毫的马虎，这些马虎不断积累起来便会让人工作懈怠，影响自己的能力与发展。

做事做到位，这就要求每个人做事的时候都应当一丝不苟。只有注重细节的人，才会对那些被认为是无足轻重的小事给予足够的关注和重视，才会让自己做事一丝不苟，才能让自己成为具有影响力的人。那些认为小事可以忽略的想法，让一个人在做事的时候不能做到善始善终，让工作变得不完美，让生活变得不快乐。

一个父亲曾经这样告诫他的孩子们：“无论

未来从事何种工作，一定要全力以赴、一丝不苟。能做到这一点，就不会为自己的前途操心。世界上到处都有散漫粗心的人，只有那些善始善终者是供不应求的。”

是的，在工作中，那些将工作做得准确到位、一丝不苟的员工是很少的，而每一个老板都只需要这样的员工，他们也在费尽心机地寻找这样的员工，然而这件事却十分困难。他们聘请了一个又一个，却因为粗心、懒惰、能力不足，没有做好分内之事而频繁将这些员工解雇。与此同时，社会上众多失业者却在抱怨现行的法律、社会福利和命运对自己的不公。

想想自己，是不是对自己目前所处的境遇不满意呢？我们不妨问问自己，我们将工作做到位了吗？我们是否因为贪图享受、好逸恶

劳，而忽略了尽职尽责的工作原则呢？如果有这些问题，那么让我们赶紧行动吧，尽善尽美地做好自己的工作。做事做到位，对每个职业者来说都是必备的选择。

一个人在做事的时候是否追求准确到位，关系到他会不会取得成功。在成功者的身上，我们大多可以发现这样的品质，无论做什么工作，无论那些工作是否重要，他们都会全力以赴、绝不疏忽。因此，在工作中我们应该以最高的标准要求自己。能做到最好，就必须做到最好，能完成百分之百，就绝不只做百分之九十九。只要我们把工作做得比别人更完美，就能引起他人的关注和尊重，实现我们心中的愿望。

作足准备，不打无把握之仗

成功者是未来的思考者，他们会不断地注意未来的趋势，以及各种新的信息，以确保他们可以更上一层楼，成为优秀的人。

俗话说：不打无准备之仗。要成功就要为成功作好准备，成功只给有准备的人。做任何事，只有事前作好准备，才能确保成功。一个意识不到准备重要性的人，是很难成功的。

《礼记》一书中有这样一句话："凡事预则立，不预则废。"不论做什么事，事先有准备，就能得到成功，不然就会失败。我们也可以套用一下："凡事预测则立，不预测则废。"预测是为了将来作准备。

预测的本质和终极目的是揭示事物的本质与规律，也就是有条件的扬弃。人需要预知自己的未来，需要预知未来可能会发生什么事

情，需要在预测的基础上提前作准备。

做事就是做决策，是立足于现实而指向未来目标的认识活动。做任何一件事情，都是依据一定的决策问题而确定的。正确的决策是根据对客观实际的发展，通过预测分析而提出来的。

孙子说："夫未战而庙算胜者，得算多也；未战而庙算不胜者，得算少也。多算胜，少算不胜，而况于无算乎！"孙子强调预测、谋划对战争的胜负很重要，预测在我们日常活动中也很重要。

事物的发展虽然千变万化，但总有规律可循。无论做什么事情，只要对将来的趋势进行预测，再作出应对的准备，必然能增加成功的机会，以致胜券在握。

在古代诸多成功的商业经营者中，有一位是以善预测而闻名的大商人，他就是孔子的得意门生“七十二贤”之一的子贡，名叫端木赐。他在春秋时期名驰齐鲁，是风云一时的大商人。子贡的成功取决于他“亿则屡中”的商业经营观念，即对市场形势的判断（亿）相当准确（屡中），后人推子贡为商业经营预测的祖师爷。其实，不止子贡善于预测，大凡成功的经营者，都善于预测。

春秋末年，著名商人计然对商业经营管理作过精辟的论述，特别强调买卖商品要有预见性。计然主张“旱则资舟，水则资车”。天旱以后会发大水，故在天旱时不必再买进车子，而要买进船只；天旱时船只没人要而价贱，发大水后船只将因求过于供而涨价，所以“旱则资舟”会获得大利。大水过后又会天旱，同样道

理，发大水时要买进车子，“水则资车”才有大利可图。

“旱则资舟，水则资车”只是一个商品经营原则，不限于舟和车，其他商品买卖都可依此类推。也就是说，要预见到物价的变动趋势：商品价格过贵，供给就会增多，供大于求后价格就要下跌，贵又复为贱；价格过低，供给减少，供不应求后价格上涨，贱又复为贵。

计然的学生范蠡（陶朱公）之所以能在十九年之中“三致千金”，很重要的因素是他善于预测市场行情。

范蠡的预测是建立在“五行”变化基础上的。他所做的生意主要是农产品，所以，他的预测也就是用金木水火土五行变化来推算丰歉，再用农业的丰歉来决定他的经营策略。这

样，范蠡就可以在丰年时购进粮食，等到灾年时抛售出去，从中获取高利。

继范蠡之后，被今人推为商业鼻祖的白圭，运用他自己的预测方法经营，同样取得了巨大成功。白圭用天干地支中的地支周期来预测农业的丰歉规律。他认为，每十二个地支周期中，只有两个丰收年，其余年份都是歉收年，要么因为水灾，要么因为旱灾。

做事要有预见性和前瞻性，凡事谋划有方，前瞻性强，及时预见并把握未来，就能把事情做好。成功者都是非常具有前瞻性的，他们不断地找寻未来可以帮助他们成功的机会，同时也要找寻可能会发生的障碍。

戴尔·卡耐基说："不为明天做准备的人永远不会有未来"。人生的成功不是碰运气碰出来

的，而是充分准备加上顽强苦干拼出来的。你要想成功，在做事的方法上就必须牢记这一规则。

事前准备的要点是在做任何事之前先掌握好相关的知识，各个方面的信息，别人过去的经验是，要把这些事情都写在纸上，写得越详细越好。

花朵的美丽是花蕾的孕育，成功者的成功是充分准备的结果。准备是成功的保证，一个缺乏准备的人一定是一个差错不断的人，纵然具有超强的能力，千载难逢的机会，也不能保证获得成功。

所以，我们要想成功，现在就树立准备的理念，将它变成一种习惯，一种行为准则。在你空闲的时候去准备，机会来了就有充分的可

能去把握住它。成功不是在你把握住它的一刹那，而是在此之前你的准备过程中。

成功的前提条件有很多，诸如机遇、才智、意志、品德等等，但在行动之前，激情和愿望最为关键。面对命运的种种变化，我们的状态始终应该是时刻准备着，机遇都是在积极准备中光顾的。

永远比别人多做一点

成功并非遥不可及，有时候它也许只需要我们比别人多做一点。

在美国，有一个卖汽车的业务员总是在他们公司销售成绩排名第一，有人问他：“你为什么总是第一名？”他回答说：“因为我每个月都

设法比第二名多卖一台车子。”“比别人多做一点”——这是无数成功者的秘诀。

“比别人多做一点”是一种积极的工作态度，无论是普通员工还是管理者，都是应当具备的，它可以使一个人从激烈的竞争中脱颖而出，获得上司的关注，获得顾客的信赖，从而获得更多的发展机会。

卡特在一家五金店做店员，每个月的薪水只有区区75美元，不过这从来没有影响他对工作的热情。一天，一位顾客购买了铲子、钳子、马鞍、水桶等一大堆货物。原来再过几天他就要结婚了，按照当地习俗，提前采购一些生活用品和劳动用具。货物堆放在独轮车上，装了满满一车，骡子拉起来也有些吃力，顾客希望卡特能帮他把这些东西送到家里去。卡特

的工作职责中并没有帮助顾客运送货物的部分，但是他还是欣然前往帮助顾客运送如此沉重的货物，这都是出于他的自愿。

从商店到顾客家的路并不是很平坦，他们回去的途中车轮一不小心陷进了一个不深不浅的泥潭里，顾客和卡特使尽了所有的力气，车子仍然纹丝不动。恰巧有一位心地善良的商人驾着马车路过，帮卡特他们把车子拉出了泥潭。

当卡特推着空车艰难地返回商店时，天色已经很晚了，但老板却并没有因卡特的额外工作而称赞他。一个星期后，那位商人找到卡特并告诉他说："我发现你工作十分努力，热情很高，尤其我注意到你卸货时清点物品数目的细心和专注。因此，我愿意为你提供一个月薪500

美元的职位。”卡特接受了这份工作，他的生活水平大为提高。

在实际工作中，大多数人往往觉得只要尽职尽责完成老板分配的任务就可以了，完成自己的分内之事便觉得万事大吉。诚然，完成自己该做的工作已经很好了，但我们应该多做一些分外的工作，这些额外的付出会让我们变得比别人更优秀，说不定它不经意间就成为了我们走向成功的开始。

看看那些成功者吧，在他们的字典中，几乎从来没有“分外事”这个词。总是乐于比别人多做一点。因为比别人多做一点，就会学习比别人更多的知识、积累比别人更多的经验、得到比别人更多的机会。失败者却拒“分外事”于千里之外，生怕自己吃亏，因此只能流于平

庸。

为什么成功者总是少数呢？不妨看看现实生活。很少有人不会面对平庸和失败，然而在挫折面前，大多数人并没有尽自己所能去成为成功者和卓越者，而是选择寻找各种冠冕堂皇的借口来搪塞，得过且过。一个人想要变得卓越，就必须付出巨大的努力，比别人做得更多，但如果只是找一个借口来搪塞，一秒钟甚至更短的时间足矣。这样做的最直接后果，就是让自己养成推卸责任、懒惰散漫的性格，永远无法变得优秀。

一颗普通的小沙粒从进入贝体开始，直到蜕变成一颗外形圆润、色泽饱满的珍珠，期间要经历漫长的年月。同样，一个普通人要想成为一个人人敬重的成功者，仅仅满足于完成自

己的任务远远不够，必须做得更多更好。对那些刚刚踏入社会的年轻人来说更是如此。

也许一开始，我们的能力并不出众，我们的工作并不令人羡慕。我们每天上班下班，做着秘书、会计、出纳之类的事务性工作，生活平淡无奇。然而扪心自问，我们希望自己一辈子都这么平凡无奇、无足轻重吗？在分内的工作之外，我们需要多做一点，不断培养自己的能力，提升自我。

多干“分外事”，可以丰富自己的工作经验。即便自己暂时没有得到老板足够的重视，没有得到晋升的机会，也可以藉此来拓展自己的职业发展道路，不断提升自己的各项素质，从而提高自己的职业价值。当领导因一时人手不足而着急时，你出来分忧，当同事因事情太

多忙不过来时，你上去帮一把，当遇到紧急情况时，你挺身而出，“该出手时就出手”。长此以往，当领导想要提升职员的时候，他最先想到的将会是你，当同事们寻找值得信赖的合作伙伴时，他们最先想到的也会是你，当公司因为发展需要而寻找顶梁柱时，你的能力将会得到大家的认可。多做“分外事”，不仅为公司、为他人提供了帮助，也为自己的发展提供了机会。

付出多少，得到多少，这是一个众所周知的因果法则。也许你的投入无法立刻得到相应的回报，也不要气馁，应该一如既往地多付出一点。回报可能会在不经意间，以出人意料的方式出现。有些人在辛苦付出之后，发现自己并没有获得预想的收获和回报，于是他们选择了失望和放弃，但也很可能与一个成功的机会

失之交臂。做“分外事”，即便眼前没有收益，但这已经播下了希望的种子，只要不断坚持，就会收获未来。

有时，你不需要比别人多做许多，只需一点，就可以从众人中脱颖而出，你就能成为一个成功者。无论是在商业界，艺术界，体育界，还是任何其他领域，那些最引人注目、最出类拔萃的人，永远都比其他人多勤奋、多努力一点，这就是他们成为瞩目的焦点的根源所在。

作为一名普通员工，获得成功的秘诀就在于竭尽全力完成自己的工作，并自动自发地比别人多做一点，这能使你最大限度地展现自己的实力、发挥你的天赋，成为老板最需要的人。

尤其是涉世之初的新员工，更要抱着多学一点，多做一点的心态，从打水、扫地、接电话这样的琐事做起，很快就能和同事打成一片。低调做人，高调做事，能让周围的人觉得你谦虚有礼，从而耐心地指导你，这样你很快就能进入工作状态，让自己变成老板、同事、客户眼中更重要的人。

心中要常存危机意识

有危机并不可怕，没有危机才是可怕的，而没有危机意识更是可怕的。

孟子说：“生于忧患，死于安乐。”意思是说一个人或一个国家如果保持忧患意识，不敢松懈，那么便能生存；如果长期安逸享乐，那么他们就有可能自取灭亡。在现代企业中，一

个员工没有危机意识，安于现状，那么很容易在竞争中被对手超越，或者落后于企业发展的步伐，最终被竞争所淘汰。

作为一名员工，我们应该认识到，企业时刻存在着危机，这也是一种企业文化。“居安思危”这种危机意识的培养可以凝聚企业的内力，因为人的因素始终是企业最重要最活跃的因素。即使在企业最困难的时候，它也能凝聚员工的合力共渡难关。同时，危机意识还能强化员工对企业的忠诚度。“忠诚”是企业团队精神的本质和精髓，德才兼备德为先，只有这样员工才能和企业荣辱与共、同舟共济。所谓“压力使人干好一时，热爱使人干好一生”就是最好的明证。

每一个成功的企业都始终保持着一种危机

感。国内外知名企业管理完善、业绩显著、资金雄厚，看似不需要保持危机意识，可事实证明，不论企业是否强大，危机是客观存在的，是无处不在无时不有的。任何危机都不是突然出现的，它总是潜伏并成长在没有危机的意识之中。当一个企业要面临危机时，最有效的预防措施就是让企业的员工首先要有危机意识。

波音公司为了增强员工的危机意识，摄制了一部模拟公司倒闭的电视片，在一个天空灰暗的日子里，波音公司高挂着“厂房出售”的招牌，振聋发聩的扩音器里传来“今天是波音公司时代的终结，波音公司已关闭了最后一个车间”的通知，员工们一个个垂头丧气地离开了工厂……该片在员工中产生了巨大震撼，强烈的危机感使员工们以主人翁的姿态，努力工作，不断创新，使波音公司始终保持了强大的发展

后劲。

作为一名员工，我们还应该意识到，在企业内部也存在着危机。西方管理学上有个“鲇鱼效应”的说法。让我们先看一个故事。

沙丁鱼是西班牙人最喜欢吃的鱼类之一，市场需求很大。但沙丁鱼的生存条件很苛刻，一旦离开大海之后便难以存活。当渔民们把刚捕捞上来的沙丁鱼放入鱼槽运回码头后，过不了多久沙丁鱼就会死去。而死掉的沙丁鱼味道不好，销量也差，倘若抵港时沙丁鱼还存活着，鱼的卖价就要比死鱼高出若干倍。为延长沙丁鱼的活命期，渔民想方设法让鱼活着到达港口。后来渔民想出一个法子，将沙丁鱼的天敌鲇鱼放在运输容器里。因为鲇鱼是食肉鱼，放进鱼槽后，鲇鱼便会四处游动寻找小鱼吃。

为了躲避天敌的吞食，沙丁鱼自然加速游动，从而保持了旺盛的生命力。如此一来，沙丁鱼就一条条活蹦乱跳地到达渔港。

从“鲇鱼效应”中可以看出，每一名员工必须要有压力，有危机感，树立“今天工作不努力，明天努力找工作”的意识，才能产生主动学习的欲望，变“要我学”为“我要学”，“要我做”为“我要做”，把自己的前途与企业的前途联系起来，与企业休戚与共。

只有树立牢固的危机意识，才能让企业在竞争中立于不败之地。反之，如果员工不树立紧迫的危机意识，企业就会面临被淘汰的危机。员工要切身感受到企业的生存和发展与个人根本利益是密切相关的，如果员工不努力、不创造业绩，就会被淘汰。市场经济条件下的

企业员工，必须清醒地认识到危机的存在，时刻保持着清醒的竞争头脑，并牢固地树立危机意识和忧患意识。

作为企业的一员，我们应该发挥主人翁精神，树立竞争意识。这样我们才能始终保持虚心好学、踏踏实实的工作态度，才能保持工作的积极性和主动性，提升自己的竞争力，避免自己被“鲇鱼”吃掉。

危机意识是一种竞争意识，能使一个企业和个人在困境中知难而进，遇难而争；危机意识是一种超前意识，预知危机并能认识危机，方能提前预防，未雨绸缪；危机意识是一种鞭策意识，能产生“狼来了”的紧迫感，让沉睡者惊醒。有了强烈的危机意识，整个企业才会统一步伐，适应形势，应对挑战，取得胜利。

有危机并不可怕，没有危机才是可怕的，而没有危机意识更是可怕的。有了危机，辩证地看待、处理危机，才能使企业走上健康、可持续的发展之路，危机是企业获得快速发展的不竭动力。危机，也是一个人考验自己，提升自己的机会，合理地化解危机，才能让自己的能力变得更强。而危机意识，则让我们防患于未然，迫使自己不断进步。只要我们每一个员工都牢固树立起危机意识，我们的一切工作才能准确高效，我们的企业才能快速发展，我们个人也才能不断进步。

舍弃匆忙的做事习惯

没有看清楚要求便匆忙做事，往往让我们白费力气。

在我们的周围不乏辛苦工作的人。有很多人，在我们看来，他们总是在低着头做事，勤勤恳恳，如同大自然的蚂蚁一般，我们无法怀疑他们工作的积极性。不过他们是否真的做出了成绩呢？这就要打一个问号了。看看他们的工作结果，令人大吃一惊，他们并没有多少实质性的收获。分析造成这种现象的原因，我们会发现他们工作中常犯草率行事、冒冒失失的错误，这就不难理解为什么他们虽然勤劳，并且十分主动，但工作效率却低下了。

有一个广为流传的管理故事，说的是一群伐木工人走进一片树林，开始清除矮灌木。当他们费尽千辛万苦，好不容易清除完一片灌木林，直起腰来准备享受一下完成了一项艰苦工作后的乐趣时，他们才猛然发现，他们需要清理的树林是旁边的那片，也就是说他们这半天

的辛苦工作完全是白费力气！

在工作中也是如此，有很多人如同这些砍伐矮灌木的工人，常常只是埋头砍伐矮灌木，甚至没有意识到要砍的并非是自己需要砍伐的那片树林。这种看似忙忙碌碌，最后却发现自己与目标背道而驰的情况是非常令人沮丧的，这也是许多效率低下，不懂得卓越工作方法的人最容易犯的错误，他们往往把大量的时间和精力浪费在了一些无用的事情上。

做事不能太匆忙，否则很可能会像那些伐木工人一样，浪费了大量时间精力却毫无作为。只有制定了合理的目标，准确执行，才能取得预期的成绩。西班牙的智慧大师巴尔塔沙·葛拉西安曾告诫我们：做任何事情都不要太匆忙，忙乱中容易出差错；也不要太轻率大意，

不要急于表态或发表意见。

工作中不能太过匆忙急促，有些事情必须事先问清楚、弄明白，才能避免意外问题的发生。凡事预则立，不预则废。一个人只有知道如何安排工作，制定一个高明的工作进度表，才能高效率地办事，在短期内出色地完成老板交付的工作。没有充分的准备便去做事，只能是浪费时间，而且很难取得圆满的成绩。

避免做事太匆忙，最好的方法便是为自己制定一个可行的目标。“你应该在每一天的早上制订一下当天的工作计划，仅仅5分钟的思考就能使你一天的工作显得非常有效率。”这是一位成功的职场人士对那些刚入职场、不知如何行事的年轻人作出的忠告。

举一个营销工作中的实例：新品上市初

期，开拓市场寻找经销商是一件非常重要的工作，但面对一个陌生的城市和市场，你会怎么办呢？你是下车后匆忙四处走街串巷，还是通过调查后，制订拜访计划及合理路线？

每个城市都有几百个经销商，不可能去拜访每个客户。经验丰富的营销人员会挑选客户中20%有意向、有网络、有实力的经销商进行重点拜访，用80%的时间沟通20%的重点客户。同时，为了不放弃那些潜在经销商，经营相关产品的小经销商只需要简单地散发新品招商资料就可以了。

或许你会觉得工作不同，办事方法不同，这是对的。但不管从事什么工作，事先的调查和分析都会有助于你找到实现目标的最佳方案，好的钟表行走十分规律，不快也不慢。有

智慧的人做事决不匆忙，也不拖沓，不莽撞，也不踌躇。他做事总是有条不紊，不慌不忙，没有积压，决不拖延。

你的脑海中可能产生某些想法，不要着急去做，而是从开始就想好怎么做好，把所有的事情都理清，如果等到出了偏差再去调整，无疑会造成时间和精力上的浪费，让你的工作变得杂乱无章。认为自己没有时间而赶着把事情做完的人，通常在事后要花更多的时间把第一次没做好的事情做好。如果真的没有时间把每件事都做好，那就把最重要的事做好。

有些人认为做事不匆忙是一件很容易的事情，只需要每一次做事时注意一下就行，其实一个人做事不慌不忙是一种习惯，你会发现一个做事匆忙的人做所有的事情都会冒冒失失，

他们是凭着自己的直觉在做事。要想改变做事匆忙的缺点，首先要做的就是在做每一件事情时制订计划和目标。

如果你能在做事情之前制订计划和目标，这个目标会开拓你的视野，让你的眼界不再局限于某一些无关轻重的小事上。它可以让你控制自己的情绪，避免感情用事，让你更加理性更从容地面对工作，让工作变得简单起来。它能让你逐渐形成一种良好的工作方法，养成一种理性的判断规则和工作习惯。

看看那些成功人士，他们在做一件事情之初便已经制定好了所要达到的最终目标，并为这个目标制订了翔实可行的计划。他们明白，在前进的道路上，哪些事情是必不可少的，哪些事情是无足轻重的。因而他们的工作效率总

是事半功倍，前进步伐也领先于周围那些平庸的人。

无论做什么事情，我们都应该从一开始就制定好自己的目标，从而避免匆忙行事。有了目标，我们便会知道自己现在所处的位置，便会知道为了实现目标我们该做什么。如果我们做到了这一点，那么我们迈出的每一步都是正确的，我们一直在朝着自己的目标前进。无论哪一天，无论做什么事情，我们都会清晰地知道自己的方向，直至走向成功。

勇敢地承担自己的责任

成功的人永远在寻找方法，失败的人永远在寻找借口。

在生活中，当一些问题发生时，我们常常会听到有人在问“这是谁的错？”而很多时候，责任恰恰应该是这个发问的人来承担。然而很多人为了逃避责任，百般抵赖，有的人为了免受谴责，推卸责任，甚至故意指责别人。很多明知故犯的人，常常采用欺骗的手段，编造一些借口来敷衍他人。遇事便找借口推脱的人，很难承担起较大的责任和艰巨的任务，也便难以取得令人佩服的成功。

富兰克林·罗斯福因患小儿麻痹症而下身瘫痪，可是他从来不找任何借口，而是以信心、勇气和顽强的意志向一切困难挑战，居然冲破美国传统束缚，连任四届美国总统。他以病残之躯在美国历史上，也在人类历史上写下了光辉灿烂的篇章。

就连有先天缺陷的人都不找任何借口，坚持不懈地朝着自己的目标而努力，我们这些健全人更没有理由为自己的懒惰和失职找借口。

本杰明·富兰克林说："善于找借口的人几乎一无是处。"当找借口成为一种习惯，就容易使人产生消极心态，它毒害人的灵魂，最终阻碍自我正常潜能的发挥，许多人因此变得未老先衰、斗志全无、不思进取。对这些人来说，借口就像一只血盆大口的猛兽"吃掉"了他们的目标和把工作做好的希望。

不要找任何借口，因为没有克服不了的困难，没有解决不了的问题。事业失败了，工作失职了，再完美的借口对事情的改变也没有一点点意义。与其费尽心思寻找借口，为自己开脱，倒不如仔细琢磨下一步的计划。反过来

说，遭遇失败时，如果制定了行之有效的解决措施，失败就成了成功之母。到那时，原来失败的借口就不用找了。

休斯·查姆斯在担任“国家收银机公司”销售经理期间曾面临着一种最为尴尬的危机：该公司的财政发生了困难。在外面负责推销的销售人员知道这个消息后，失去了工作热忱，销售量开始下滑。后来，情况越来越糟糕，销售部门不得不召开全体销售员大会，全美各地的销售员都参加了这次会议，查姆斯先生是这次会议的支持者。

首先，他请业绩最好的销售员讲了销售量下跌的原因。这些被点名的销售员站起来后，都不约而同地给出了这样的答案，譬如商业不景气、资金匮乏、人们希望等到总统大选揭晓

后再买东西等等。

当第五个销售员开始列举他无法完成任务的种种困难时，查姆斯先生突然跳到一张桌子上，高举双手，要求大家肃静。接着，他说：“我宣布，大会暂停10分钟，让我擦亮我的皮鞋。”然后，他要求坐在旁边的一位黑人小工友为他擦鞋，而他自己则站在桌子上不动。

人们开始议论纷纷，还有人认为查姆斯先生疯了，而这时，那位黑人小工友仍然不慌不忙地擦着鞋，展现出了一流的擦鞋技术。

皮鞋擦亮后，查姆斯先生为小工友支付了一毛钱，然后会议继续进行。他说：“这位小工友是专门在整个工厂和办公室里擦鞋的人。他的前任是位白人小男孩，年纪比他大得多。尽管公司每周补贴他5元的薪水，而且工厂里有数

千名员工，但他仍然无法从这个公司赚取足以维持他生活的费用。”

“这位黑人小男孩不仅可以赚到相当不错的收入，也不需要公司补贴薪水，每周还可以存下一点钱来。你们认为那位白人小男孩没赚到钱，是谁的错？”

那些推销员异口同声地说：“当然了，是那个小男孩的错。”

“正是如此。”查姆斯回答说，“现在我要告诉你们，你们现在推销收银机和一年前的情况完全相同：同样的地区、同样的对象以及同样的商业条件。但是，你们的销售成绩却比不上一年前。这是谁的错？”

同样又传来如雷般的回答：“当然，是我们

的错。”

“我很高兴，你们能坦率认错。”查姆斯继续说，“我现在要告诉你们。你们的错误在于，你们听到了有关本公司财务发生困难的谣言，这影响了你们的工作热忱。只要你们回到自己的销售地区，并保证在30天内，每人卖出5台收银机，那么，本公司就不会再发生财务危机了。你们愿意这样做吗？”

大家都说“愿意”，后来果然办到了。那些他们曾强调的种种借口：商业不景气、资金匮乏、人们希望等到总统大选揭晓后再买东西等等，仿佛根本不存在似的，统统消失了。

一个优秀的员工，不仅要具备精深的专业知识、熟练的工作技能、过硬的职业素养，更重要的是还要有一种“不找任何借口”的决心。

无论遇到什么困难，他们都会积极地寻找解决办法，排除困难。当危机来临时才能不畏艰险，永不放弃，直到渡过难关。

我们身边有很多成功的人，他们实现了自己的目标。可能在我们看来，他们中的很多人并没有非凡的能力，但无一例外，他们都有着非凡的心态，有着超乎常人的责任感。当遇到困难时，他们并没有寻找借口退缩，而是勇于承担责任，积极地抓住机遇，创造机遇，最终战胜困难。对于任何一个想要获得成功的人来说都应该如此，一旦作出自己的选择，便对自己的选择负责，努力把事情做好，绝不找借口，绝不推卸责任。

美国成功学家格兰特纳说：“如果你有自己系鞋带的能力，就有上天摘星星的机会！成功

的人永远在寻找方法，失败的人永远在寻找借口，当你不再为自己的失败寻找借口的时候，你离成功就不远了！”

当责任落在自己的肩头时，我们勇敢地去承担吧，与其想尽办法寻找借口欺瞒别人，不如将这些精力和创意用在如何解决问题上，我们一定能找出解决问题的良好方案，取得卓越的成就。而如果我们只是将自己的智慧用于寻找借口，那成功必然会离我们越来越远。

今日事，今日毕

一根稻草不起眼，然而当一根根的稻草堆积如山后，再强壮的牛也会被压死。

当太阳滑落西山，下班的时间又到了，我

们收拾好东西或是匆匆地赶回家去，或是到某处赴朋友之约等等，然而我们是否问过自己，我今天的工作完成了吗？然而很多时候我们的答案令人遗憾。也许我们觉得自己很忙碌，但是一天下来发现自己往往没干什么正事，拖拖拉拉的行为时常发生在我们身上。

于是我们开始责备自己，为自己的碌碌无为而懊恼。印度诗人泰戈尔曾说：“当你为错过太阳而流泪的时候，你也将错过月亮和星星。”虽然都知道这个道理，然而我们却依然把时间浪费在悔恨和不安中。然而看看周围的人，很多人也和我们一样，于是我们便释怀了，安慰自己大家都和自己一样。或许偶尔难过，便寻找各种各样的理由来原谅自己的拖沓与不上进。

计划纵然再美好，却永远比不上行动。下决心并不难，难的是真正迈出行动的步伐。我们常常对身边的小事不屑一顾，一心想着“做大事”。岂不知这些不起眼的小事正是成就伟大将来的幼苗或基石。细数古往今来的成功者，他们虽然性格各异、品性不同，但他们都具有一个共同点，那就是克服了自己的懒惰。而懒惰的人，通常都一事无成。

有一个猎人准备出去打猎，于是便带着他的枪支、弹药和猎狗出门了。出门之前，大家都劝他把子弹上膛，但他还是带着空枪走了。

“废话，”他嚷道，“难道我以前没有出去打过猎吗？而且不见得我出去，天空中就有麻雀出现啊！我走到那里，得一个钟头，即便我要装一百回子弹，我也有的是时间。”

然而，他还没走过沼泽地，就发现一大群野鸭密密地浮在水面上，我们的猎人只要一枪便能打中好几只，足够他好好地吃几天了。然而他的枪膛中空空如也。

猎人连忙从背后摘下枪，匆忙地装子弹，可是野鸭们似乎也感觉到了危险，忽啦啦地飞走了，还没等猎人装好子弹，他的面前已经是空空如也。

更糟糕的是天空中开始下起雨来，猎人浑身都湿透了。无奈之下他只好放弃了打猎计划，带着空空的口袋，拖着疲惫的脚步回家去了。

假如猎人早点做好准备，恐怕等到回去的时候就可以美美地吃上一顿鸭肉了，然而他的拖延，那种以后再做也可以的心态，让近在他

眼前的猎物飞走了，敷衍自己，拖延自己该做的工作，也就错过一个人走向成功的时机。

“明天吧，明天再说”或者“明天再做也来得及”，这是我们面对拖延时最常用的理由。中国古代曾有一首著名的《明日歌》：“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎。”假若一切都等待明日来做，那么我们将一事无成。把今天的事情拖到明天，不断地累积下去，那么等待我们的只有失败。一根稻草不起眼，然而当一根根的稻草堆积如山后，再强壮的牛也会被压死。

德国文学大师歌德曾经在《浮士德》中说：一天也不能虚度，要下决心把可能的时间，一把抓住并且紧紧拥抱住，有决心就不会任其逃走，并且必然要贯彻实行。“今日事，今

日毕”是我们的师长从小便教导我们的，也是我们应该恪守一生的原则。今天能做到的事情，今天能完成的工作，为什么要留到明天去做呢？要是每件事情都要放到明天去做，那还谈什么效率，谈什么工作？把今天的工作做完吧，因为在明天，你又会有新的工作。

一个人在面对不能确定的未来时，常常会犹豫不决。这个时候，每个人都应该定下时间表，只要时间一到，就必须要下决心、作决定，并且马上开始执行。成功者善于利用时间，在竞争日趋激烈的今天，时间就是速度，速度就是财富，更要求我们做到“今日事，今日毕”。

“今日事，今日毕”是一个强烈的自我心理暗示：“做好每一天、努力每一天！尽自己最大

的力量，认认真真地完成每天的工作！”庄子曾说：不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。这就是让我们完美地完成每天的每一个细节，做好每一个细节。细节决定成败。

当然，“今日事，今日毕”并不是一件很容易的事情，往往有很多因素影响着我们这么做。或是因为某些事情心情烦躁，即使是随手可以处理的小事也可能懒得去理。然而事情一旦拖延下去，就会影响后面所有的工作，这样工作也就没效率可言了。想要做到“今日事，今日毕”，必须严格要求自己。

很多人浑噩度日，在领导面前表现得十分勤恳，领导背后就拖沓懒散。这种不负责任的工作态度最终伤害的只能是自己。无论走到哪里，无论做什么事，其实我们都是为了自己。

只有对自己负责，才能不断进步。

态度决定一切！“今日事，今日毕”无疑是相当好的工作态度，许多企业都把它放在自己的企业文化理念里，并组织干部员工学习。世界知名企业海尔集团老总张瑞敏谈及企业成功的重要因素之一便是“日事日清”，做到“今日事，今日毕”。我们要想获得成功就必须要有正确的工作态度。当你养成“今日事，今日毕”的果断行动的习惯时，你离成功就不远了。

拒绝工作中的“不小心”

毛主席曾经说过，世界上最怕的就是“认真”二字。

一场决定英国统治权的战役即将打响，国

王理查三世决定亲自率军和里奇蒙德伯爵的军队决一死战。

战斗进行的当天早上，查理派了一个马夫去备好自己最喜欢的战马。“快点给它钉掌，”马夫对铁匠说，“国王希望骑着它打头阵。”铁匠钉了三个掌后，他发现没有钉子来钉第四个掌了。“我需要一两个钉子，”他说，“得需要点儿时间砸出两个。”“我等不及了，”马夫急切地说，“我听见军号，你能不能凑合？”“我能把马掌钉上，但是不能像其他的那么结实。”“能不能挂住？”马夫问。铁匠回答：“应该能，但我没把握。”“好吧，就这样，”马夫叫道，“快点，要不然国王会怪罪到咱俩头上的。”

两军交锋，查理国王冲锋陷阵，还没走到

一半，一只马掌掉了，战马跌翻在地，查理也被摔下来。国王还没有抓住缰绳，惊恐的马就跳起来逃走了。查理环顾四周，他的士兵们纷纷转身撤退，敌人的军队包围了上来。国王被敌军俘获，战斗结束了。

所有的损失——一个国家在一场战争中的失败——只因为“不小心”少了一个马掌。

这个世界上，每天都会上演因为“不小心”而造成的悲剧，那些因为“不小心”而造成的人身伤亡和财产损失简直无法估量。一些看似微小的疏忽往往造成车辆倾覆、房屋焚毁、许多宝贵的生命丧失。铁轨上的小小裂痕，或是车轮上的一些小毛病，会伤害许多生命，因为不小心随便扔一根燃着的火柴，扔一个香烟头，结果竟然星星之火得以燎原，使得一城一

镇的房屋遭到焚毁，人们往往注意大事而疏忽小事，但闯大祸的往往就是那些琐碎的小事。

护士为病人打针，不小心拿错药，造成病人病情延误甚至威胁生命；扳道工人不小心，可能造成两列火车相撞，无数乘客丧生。食品工人不小心，在食物中混入了不洁的成分，可能造成许多食用者因此生病。因为“不小心”造成的灾难是可怕的。

在人类历史上写满了因为工作中“不小心”而造成的各种惨剧，时至今日，这些灾祸依然在发生，比如许多手脚残疾的人就因为工作疏忽和轻率所致。

世间重大的罪恶，往往是法律制裁所不能及的。工作上的不小心、鲁莽，工作上的疏忽、大意、错误，尽管不能为法律所制裁，但

这类行为的危害程度，往往要超过其他能够为法律所不容的罪恶。我们知道有时工作上的一些疏忽，竟然可以断送他人宝贵的生命，从这个角度讲，工作上的疏忽之罪，竟可等同于杀人。

在工作中，精确和对工作的忠诚是一对孪生兄弟，一个工人做事精确的良好习惯，要远远超过他的聪明和专长。

中央电视台著名播音员罗京不幸因病去世，当媒体报道他的生平事迹时，大家才知道他在播音岗位一干就是26年，而且更令人敬佩的是他在工作的26年间竟然没出过差错。大家一致评价他“认真、负责、职业水准高”。罗京这种严谨精确的工作态度，令人肃然起敬。

罗京可以坚持工作26年而不犯错误，而我

们身边却随处可见很多人即便一点小事都做不好，究其原因，或是由于观察得不仔细，或是由于思维的不缜密，或是因为缺少足够的理智，或是因为行动的粗劣。毫厘之差，让成功与自己擦肩而过。

只有做事认真才能避免那些“不小心”带来的后果。如果所有的人都能全心全意地工作，大家都谨慎认真地工作，那么世界的许多不幸将会避免，更多成就会被创造。

日常工作中，我们往往习惯于拖延，习惯了懒散，如果没有人过问的话，我们的工作有时候是随心所欲的，心情好了，可能做得好一些，动作快一些；没心情了，那就完全相反了。其实自己经常是这样一种状态，工作缺乏主动性、积极性，自己本性上积攒了太多的惰

性。归根到底，这还是心态的问题，态度不端正，没有把工作摆在应有的位置。

现在的老板非常青睐认真工作的员工，并给予很多的机会。老板往往会这样鼓励员工：“认真干吧！把你的能力都发挥出来，还有更多的重任等着你呢！”他的意思就是说：“认真工作吧，我会给你增加工资的。”当老板让你做更多的更重要的工作时，你的工资自然会提高，你的职业成功大门也就徐徐拉开了。

第六章 修身养性——心中有路天地宽

生活是什么？这个问题看似很简单却又复杂，看似平凡却又特殊。“一千个人心中便有一千个哈姆雷特”，对于生活每个人的理解也莫衷一是。尽管如此，幸福生活却是每个人都想追求的，处世智慧也是每个人都需要的。放弃忧愁，选择开心；放弃狭隘，选择宽容；放弃仇恨，选择友爱。闲看庭前花开花落，漫随天外云卷云舒。生活，其实取决于我们选择的态度。

糊涂是一门处世大智慧

糊涂是一种大智，是一种能给自己一个假面，又不怕丢失自己的艺术。

糊涂并不是无智，相反它是隐藏着的智慧；糊涂不是无能，相反它是人类一种未曾被启动的潜能。郑板桥曾道，难得糊涂。但难得糊涂的郑板桥，其实是个明白人。看破官场腐败、肮脏的他，辞官回乡，写诗作画为生，潇洒人生，以怪驰名。能看破，但就是不说出来或做出来，这是一种揣着明白装糊涂的智慧。

春秋时，楚王大宴群臣，名叫太平宴。文武大小官员，宠姬妃嫔，统统出席，务要尽欢。席间奏乐歌舞，美酒佳肴，饮至黄昏，兴

犹未尽。楚王命令点烛继续夜宴，还特别叫最宠爱的两位美人许姬和麦姬，轮流向各人敬酒。忽然一阵怪风，吹熄了所有蜡烛，漆黑一团，席上一位官员乘机揩油，摸了许姬的玉手，许姬一甩手，扯断了他的帽带，她匆匆回座附耳对楚王说："刚才有人乘机调戏我，我扯断了他的帽带，赶快叫人点起烛来看看谁没有帽带，就知道是谁。楚王听了，忙命令不要点烛，却大声向各人说："寡人今晚务要与诸位同醉，来，大家都把帽子除下来痛饮。"

于是各官除掉帽子，楚王命令点烛，都不戴帽子了，也就看不出是谁的帽带断了。席散回宫，许姬怪楚王不给她出气，楚王笑说："此次宴会，目的在狂欢，酒后狂态，乃人之常情，若要追究，岂不是大煞风景，岂是宴会原意。"许姬听后，方服了楚王装糊涂的用意。这

就是有名的“绝缨会”。

后来楚王伐郑，有一健将独率数百人，为三军开路，斩将过关，直逼郑的首都，使楚王声威大震，这位将军后来承认他就是当年指许姬油的那个人。

在人生中，人们定会遇到许许多多令自己“难堪”的情境，对此，人们可以借助于“糊涂”，“忍让”一下，不过于斤斤计较，暂时“吃点小亏”，做点“退却姿态”。这种“糊涂”，可以让你有更多的时间去享受人生，具有“保护自己”的功能。

张作霖是民国时期的大军阀，但他强烈主张抵御日本侵略，这一点深得人心。

有一次张作霖出席名流集会。席间，有几

位日本浪人突然声称，久闻张大帅文武双全，请即席赏幅字画。张作霖明知这是故意刁难，但在大庭广众之中，“盛情”难却，就满口答应，吩咐笔墨侍候。他潇洒地踱到桌案前，在满幅宣纸上，大笔一挥写就了一个“虎”字，然后得意地写上落款“张作霖手黑”，钤上朱印，踌躇满志地掷笔而起。那几个日本浪人面对题字，一时像丈二和尚一样，摸不着头脑，面面相觑。

机敏的随侍秘书一眼发现了纰漏，“手墨”怎么成了“手黑”他连忙贴近张作霖身边低语道：“大帅，您写的‘墨”字下面少了个‘土’，‘手墨’变成了‘手黑’。”张作霖一瞧，不由得一愣，怎么把“墨”字写成“黑”了。如果当众更正，岂不大丢面子？

张作霖眉梢一动，故意装糊涂地呵斥秘书道：“我还不晓得这‘墨’字下面有个‘土’？因为这是日本人索要的东西，就是不能带‘土’。这就叫做‘寸土不让’嘛！”语音刚落，满堂喝彩。那几个日本浪人这才领悟到张作霖不好惹，他们越想越没趣，只好悻悻退场了。

可见，糊涂是一种大智，是一种能给自己一个假面，又不怕丢失自己的艺术。张作霖在自己写错字的情况下，并没有乱了阵脚，而是将错就错，巧妙地暗示大家他把“墨”写成“黑”，不是自己写错了，而是因为对于日本的侵略寸土不让。这样一来，本来已经出错的张作霖揣着明白装糊涂，不但避免了尴尬，反而表现出他的民族气节。

一天深夜，一个犹太人带了一笔钱快步走

在回家的路上。在经过一段没有路灯的小巷子时，从墙角处突然闪出一个蒙面大汉，用手枪顶住犹太人的前额，穷凶极恶地说："把身上所有的钱都交出来。"

犹太人看着黑洞洞的枪口，装作浑身发抖的样子，战战兢兢地说："我是有点钱，可全是上司的，帮个小忙吧，在我帽子上打两枪，我回去好交代。"

蒙面大汉没有说话，但把他的帽子接了过去，"砰砰"地打了两枪。

犹太人又央求再朝他的裤脚打两枪，"这样就更逼真，主人不会不相信了。"

蒙面大汉不耐烦地拉起裤脚打了几枪。

犹太人又说："请再朝衣襟上打几个洞

吧。”

蒙面大汉骂道：“你这个胆小鬼，他妈的……”

蒙面大汉扣着扳机，但不见枪响。犹太人一看，知道子弹没了，便飞也似的跑了。

生活中我们难免会遭遇这样或那样的危险，只要你保持镇定，控制好情绪，糊涂面对，就有可能化险为夷。

在生活中，人们经常会遇到一时会难于处理、难于解决的矛盾和冲突，人们可以借助于“故意的糊涂”，有意识地拖延时间，缓和矛盾，化解冲突，以便利用最佳时机解决问题——因此，这种“糊涂”实际上就是“明者远见于未萌，智者避危于无形”，是一种少有的谨慎，

可以有更多的时间去专注于某项重要的工作，是一种为以后取得胜利的策略。

莫让聪明反被聪明误

每个人都想表现得很聪明，但如果一个人老耍小聪明就成了一种愚蠢。

绝大多数人都希望做一个聪明的人，在众人面前表现出自己的聪明才智，从而得到人们的认可。可事实上，做到真正聪明是一件很难的事，而那些本不聪明却要自作聪明的人随处可见，比比皆是。一则笑话说：有个人，天天闲得无聊，抓了几粒稻子吃起来，觉得又扎嘴、又苦涩。他想：如果把稻子去掉皮壳，再煮熟就是非常好吃的米饭；如把煮熟的米种到地里，将来收获时不更好吃了吗？于是，他煮

了一锅米饭，撒到地里。结果可想而知，这便是自作聪明的结果。

三国时期，杨修在曹操手下任主簿，起初曹操很重用他，杨修却处处耍小聪明。例如有一次有人送给曹操一盒奶酪，曹操吃了一些，就又盖好，并在盖上写了一个“合”字，大家都不明白这是什么含义，杨修见了，就拿起匙子和大家分吃奶酪，并说：“这‘合’字是叫一人吃一口啊！”还有一次，建造相府，造好大门后曹操亲自来察看了一下，没说话，只在门上写了一个“活”字就走了。杨修一见，就令工人把门改窄。别人问为什么，他说门中加个“活”字不是“阔”吗，丞相是嫌门太大了。这样一来，曹操就讨厌杨修每次都猜出自己的心思了。

建安24年（公元219年），刘备进军定军

山，他的大将黄忠杀死了曹操的大将夏侯渊，曹操亲自率军到汉中来和刘备决战，但战事不利，前进则困难重重，撤退又怕被人耻笑。一天晚上，护军来请示夜间的口令，曹操正在喝鸡汤，就顺便说了“鸡肋”，杨修听到以后，便不等上级命令，教随从军士收拾行装，准备撤退，影响了军心。曹操知道以后，他还辩解说：“魏王传下的口令是‘鸡肋’，可鸡肋这东西，弃之可惜，食之无味，正和我们现在的处境一样，进不能胜，退恐人笑，久驻无益，不如早归，所以才先准备起来，以免到时慌乱。”曹操一听，大怒道：“你小子怎敢造谣乱我军心！”于是喝令刀斧手，推出斩首，并把首级悬挂在辕门之外，警戒三军。

对于曹操斩杨修，一般人们会认为是曹操心眼儿小，借机杀人。其实关键是杨修聪明过

头。世上有真聪明与假聪明之分。可惜的是有些人属于假聪明，却并不自知，其结果可想而知。杨修就是这样，经常不看场合，无视别人的好恶，只管卖弄自己的小聪明。结果自然越来越遭人讨厌和憎恨，为自己招来了杀身之祸。虽然曹操事后不久果真退了兵，但平心而论，杨修之死也确实罪有应得。试想两军对垒，是何等重大之事，怎么能根据一个口令，就卖弄自己的小聪明，随便行动呢？即使真的撤军，也要用正面的语言和行为来表达，不然会军心大乱。而军心是军队的命根。这是最起码的军事常识，但杨修违背了，岂不是自寻死路？

美国总统威尔逊小时候比较木讷，镇上很多人都喜欢和他开玩笑，或者戏弄他。一天，他的一个同学一手拿着一美元，一手拿着五美

分，问小威尔逊会选择拿哪一个。

威尔逊回答："我要五美分。"

"哈哈，他放着一美元不要，却要五美分。"同伴们哈哈大笑，四处传说着这个笑话。

许多人不信小威尔逊竟有这么傻，纷纷拿着钱来试。然而屡试不爽，每次小威尔逊都回答"我要五美分。"整个学校都传遍了这个笑话，每天都有人用同样的方法愚弄他，然后笑呵呵地走开。

终于有一天，他的老师忍不住了，当面询问小威尔逊："难道你连一美元和五美分都分不清大小吗？"

"我当然知道。可是，我如果要了一美元的话，就没人愿意再来试了，我以后就连五美分

也赚不到了。”

原来威尔逊只是不愿把心思放在贪图小利的小聪明上，而只着眼于智慧。生活中，智慧和聪明就像主人和仆人的关系。主人没有仆人的协助不行，会显得非常笨拙狼狈，缺乏效率。但再聪明的仆人都还是仆人，他不可能是主人。仆人需要主人的方向，没有主人的仆人，等于失去了用处。因此，我们必须通过实践去把聪明转变成智慧，在智慧的基础上行动，从而能够事半功倍。

在我们的人生历程中，不难看到类似的情形。每个人都想表现得很聪明，但如果一个人老耍小聪明就成了一种愚蠢。唯有充分地认识自己，明确自己的能力，面对问题冷静判断，量力而行，这才是聪明人应该做的。如果你真

的想表现得比其他人更聪明一些，那么你就应该对自己有一个自知之明，没有必要总是要向他人强调自己的聪明，更没有必要利用所有可利用的以及不可利用的机会向众人表现你的聪明。

不当挨打的“出头鸟”

做人切忌恃才自傲，锋芒太露易遭嫉恨，更容易树敌。

常言道“花要半开，酒要半醉”，凡是鲜花盛开娇艳的时候，不是立即被人采摘而去，也就是衰败的开始；“形醉而神不醉”，“醉”只是迷惑对手的手段，人生也是这样，要学会装醉。

在电视连视剧《水浒传》中，武松醉打蒋

门神的片断非常精彩：武松手握酒杯，仰脖而干，身子东倒西歪，步履轻飘虚浮，蒋门神于漫不经心之际，鼻梁突着一拳，尚未回过神来，眼额又遭一腿……当其终于醒悟这绝非是酒鬼的“歪打正着”之时，其身已受重创而无还手之力了。武松所用的“醉拳”，乃武术中一种高难度拳术，委实厉害之极。“醉拳”的厉害，在于一个“装醉”，表面上看来跌跌撞撞，踉踉跄跄，不堪一推，而其实呢，醉醺醺之中却杀机暗藏，就在你麻痹大意之时，却被“醉鬼”打趴在地。

所谓“花要半开，酒要半醉”就是这个道理。所以，那些自认为有才华的人，要做到不露锋芒，既有效地保护自己，又能充分发挥自己的才华，不仅要说服、战胜盲目骄傲自大的病态心理，凡事不要太张狂、太咄咄逼人，更

要养成谦虚让人的美德。

杜甫有句名诗：“射人先射马，擒贼先擒王。”后来也不知是哪个聪明人演绎出一个推论：“出头的椽子先烂”，据说还很灵验。“出头的椽子先烂”，这是一句老话。应当说，这句话在客观世界中反映了客观事实。对此“屋檐下的小雨”可能理解得更深。君不见，一年四季，风吹雨淋，年复一年，日久天长，出头的椽子先烂是自然而然的了。“枪打出头鸟”正是这个道理，在客观世界中，类似的事情很多，人们已经司空见惯了。

然而，在社会生活中这类事情也是屡见不鲜。我们这些人在工作、学习中或多或少地都会尝到“出头的椽子先烂”的滋味，恐怕也都是受害者。君不见，有的人工作成绩突出受到上

级的表扬奖励。这本来是一件好事，上级表扬和肯定了这个人的工作是要引导大家向这个人学习。但事与愿违，这种表扬奖励往往搞得这个人很尴尬。风言风语、冷嘲热讽会随之而来。甚至有人还会颠倒黑白向受表扬的人施放冷箭、泼脏水。搞得谁也不愿意再出头，只能是随大流得过且过了。

春秋时期，郑庄公准备伐许。战前，他先在国都组织比赛，挑选先行官。众将一听露脸立功的机会来了，都跃跃欲试，准备一显身手。

众将首先进行击剑格斗，都使出了浑身本领，争先恐后。经过轮番比试，选出了6个人来，参加下一轮射箭比赛。在射箭项目上，取胜的6名将领各射3箭，以射中靶心者为胜。前4

人有的射中靶边，有的射中靶心。第5位上来射箭的是公孙子都。他武艺高强，年轻气盛，向来不把别人放在眼里。只见他搭弓上箭，3箭连中靶心。他昂着头，瞟了最后那位射手一眼，退下去了。最后那位射手是个老人，胡子有点花白，他叫颖考叔，曾劝庄公与母亲和解，立有大功。颖考叔同样对公孙子都不屑一顾，他上前三箭射击，连中靶心，与公孙子都打了个平手。

这时只剩下两个人了，庄公派人拉出一辆战车来，说："你们二人站在百步开外，同时来抢这部战车。谁抢到手，谁就是先行官。"公孙子都轻蔑地看了对手一眼，哪知跑了一半时，公孙子都却脚下一滑，跌了个跟头。等爬起来时，颖考叔已抢车在手。公孙子都哪里服气，提了长戟就来夺车。颖考叔一看，拉起车来飞

步跑去，庄公忙派人阻止，宣布颖考叔为先行官。公孙子都因此怀恨在心。

颖考叔不负庄公之望，在进攻许国都城时，手举大旗率先从云梯冲上许都城头。眼见颖考叔大功告成，公孙子都嫉妒得心里发疼，竟抽出箭来，搭弓瞄准城头上的颖考叔射去，一下子把没有防备的颖考叔射死了。

这则故事告诉我们，做人切忌恃才自傲，锋芒太露易遭嫉恨，更容易树敌。颖考叔的死就是因为他不知道低调保身，锋芒太露的缘故。当今社会，此理仍然。不露锋芒，可能永远得不到重任；但锋芒毕露却又易招人陷害。虽容易取得暂时的成功，却为自己掘下了坟墓。当你施展自己的才华时，也就埋下了危机的种子。所以才华显露要适可而止，切勿当挨

打的“出头鸟”。

留住美好的，忘记不快的

宽容地待人，是做人应该具有的品德。用我心换你心，始相知情深。

人非圣贤，孰能无过，每个人都有犯错误的时候，朋友也不例外。当朋友损害了我们的利益时，应该以一颗宽容之心对待他，这样，我们自己的心灵不但能得到解脱，同时我们的宽容也能拯救朋友堕落的灵魂。

把自己所经历的美好的事情永远镌刻在生命的里程碑上，把那些令自己伤心、难过的事情抛向身后的沙漠任风吹散。这样当你某天回望人生时，你的经历就会如同一个个美好的圆

环扣成的长链，洋溢人生的幸福与快乐。人生本就如此，幸福与否？快乐与否？完全取决于你记住了哪些事，又忘记了哪些事。

阿拉伯著名作家阿里，有一次与吉伯和马沙这两位朋友一同出外旅行。三人行经一处山崖时，马沙失足滑落，眼看就要丧命，机灵的吉伯拼上命拉住了他的衣襟，将他救起。为了永远记住这一恩德，动情的马沙在附近的大石头上用力镌刻下这样一行字："某年某月某日，吉伯救了马沙一命。"

于是三人继续前进，不几日来到一处河边。可能因为长途行走的疲劳使吉伯跟马沙为了一件小事吵起来了，吉伯一气之下打了马沙一耳光，马沙被打得火星直冒。然而他没有还手，却一口气跑到了沙滩上，仍然用很大的力

气在沙滩上写下一行字："某年某月某日，吉伯打了马沙一记耳光。"

这以后，旅行很快结束了。回到家乡，阿里怀着好奇心问马沙："你为什么要把吉伯救你的事刻在石头上，而把打你耳光的事写在沙滩上？"

马沙平静地回答："我将永远感激并永远记住吉伯救过我的命，至于他打我的事，我想让它随着沙子的运动忘记得一干二净。"

忘记是人的天性。一生中，我们要经历许多事情，要相识相交许多人。而心灵像极了一个筛子，在世事沧桑颠沛变幻之中，会遗漏许多人。不过，对于智者来说，他们忘记的是别人的不足和过错，他们不会刻意去记恨一个人，而他们记住的却是别人的好和善，并时时

充盈着自己的一颗感恩的心。这样，他们过的将是一种宽恕和大气的生活。

迪斯由于好友鲁克在自己的公司电脑上做了手脚，使他损失了几十万美元，心中一直愤愤不平，尽管迪斯委托律师将鲁克送进了牢房，但他还觉得不够。出狱后，鲁克觉得对不起迪斯，几次打电话向迪斯道歉。但迪斯一听是鲁克的声音，不容分说立刻将电话挂断。

迪斯的妻子知道后，数次劝他应该宽宏大量，何况鲁克是电脑专家，对他的生意很有帮助。迪斯经过深思，觉得妻子说的有道理，可是每次拿起电话来他心中就想起那几十万美元，又想起鲁克曾像只老鼠似的偷盗过那些钱，使他的生意差点垮掉，于是又放下电话，长叹一口气。

一个多月过去了，迪斯总是处于这种矛盾中，一会儿觉得应该原谅鲁克，毕竟他是个电脑专家，曾经帮助过自己；一会儿又想，难道你要原谅伤害过你的人吗？不，不行。直到一位心理医生告诉他："你形成了一种心理障碍，这种障碍不仅会妨碍你与鲁克的关系，也会妨碍你与他人的交往，你必须积极地清除它。"

迪斯终于鼓起勇气，给鲁克打了一个电话，告诉鲁克明天可以到他办公室见面。第二天，他们谈得很顺利，迪斯还决定再次聘请鲁克到公司工作，他对鲁克说："我相信你不会再辜负我。"

后来，鲁克对迪斯的公司尽心尽责，使公司的生意越来越红火，而他和迪斯的友谊也越来越牢固，俩人成了真心的知己。

若朋友未能满足自己的需求，或有什么过错做了对不起自己的事情，切不可怀恨在心。因为怨恨不仅会加深朋友间的误会，影响友情，而且还会扰乱正常的思维，引起急躁情绪。

刘宽是我国汉朝时代的人，为人仁慈宽厚。在南阳当太守时，小吏、老百姓做了错事，他只是让差役用蒲鞭责打，表示羞辱。他的夫人为了试探他是否像人们所说的那样仁厚，便让婢女在他和下属集会办公的时候捧出肉汤，把肉汤泼在他的官服上，结果刘宽不仅没发脾气，反而问婢女："肉羹汤烫了你的手吗？"还有一次，有人曾经错认了他驾车的牛，硬说这牛是他的，刘宽什么也没说，叫车夫把牛解下给那人，自己步行回家。后来，那人找到自己的牛，便把牛送还给刘宽，并且向他赔

礼道歉，刘宽反而安慰那人，并与那人成为了朋友。

刘宽宽宏的度量不仅避免了一场纷争，更让他交到了朋友。他感化了别人，赢得了人心。他对待一般人是这样，对待朋友更是这样。原谅一个人有时候是使之再生，对其心灵会造成很大的震撼。宽容需要有一颗博大的心，它可以使自己最大限度地减少麻烦，不为一点小事斤斤计较。因此我们更不要把朋友之间的怨恨常记心头，这不仅带给对方心灵上折磨的同时也给自己带来了痛苦，使自己活在怨恨的影子里无法自拔。宽容地待人，是做人应该具有的品德。用我心换你心，始相知情深。心灵上的问题只有用心灵来解决，作为有良知的人在本质上还是向善的，以理解待人，以宽容待人，才是与人沟通的最好途径。

忘记仇恨和不公，记住给予和幸运，把仇恨的空间留给爱，让我们的心灵永远清澈透明，让生命的里程碑永远记载感动和感恩，从此学会去爱别人，学会给别人机会，因为宽大的胸怀能让我们的路越走越宽。

别让骄傲挡住了去路

高傲的人只能让人厌烦，要知道人外有人，太过骄傲只能自取其辱。

在每个人的人生历程中，不仅有失败的痛苦，还会有成功的喜悦，但如何来对待成功呢？是谦虚谨慎还是骄傲自满？谦虚谨慎能让我们保持清醒的头脑，取得更大的成功，而骄傲自满则是我们前进路上的绊脚石，犹如有色眼镜一样，使人看不到别人的优点，自以为

是，最终止步不前。

人们总是不会缺乏骄傲的理由，一件新衣服，一种新发型，都能引起他们的骄傲之情。骄傲和虚荣常常是一对孪生兄弟，虚荣的结果常常是骄傲，但骄傲并不以虚荣为理由，即使人类已经放弃了虚荣心的时候，他仍然是那样的骄傲。

有成绩不能骄傲，做人不能骄傲。骄傲对所有的人都是公平的，它让所有人都分享到它的“恩泽”，只是每个人用不同的表现方式和手段来表现它罢了。我们常常批评别人太过骄傲，但是却看不到自己有同样的品性：如果你自己没有骄傲之心，就不会觉得别人的骄傲是种冒犯。

骄傲有很多的害处，但最危险的结果就是

让人变得盲目，变得无知。骄傲会培育并滋长盲目，让我们看不到眼前一直向前延伸的道路；让我们觉得自己已经到达山峰的顶点，再也没有爬升的余地，而实际上我们可能正在山脚徘徊。所以说，骄傲是阻碍我们进步的大敌。同情我们敌人的不幸，常常更多的是由于骄傲而非善良，我们之所以对他们表示同情并不是我们出于安慰的好心，而在很大程度上为了显示我们比他们高一筹。在我们劝导行为不端者时，诉诸他们骄傲要比诉诸他们善良更有效。只有真正有卓越才能和表现的人才有资格骄傲，但很多人并不具备这些，所以他的骄傲就只能是伪装的假骄傲，是一种虚荣的表现。

谦虚是一种美德，一种高尚的情操，所以高尚的人必然谦虚。

19世纪的法国名画家贝罗尼到瑞士去度假，但他并不是单纯地四处游玩，而是每天仍然背着画架到各地去写生。

有一天，贝罗尼正在日内瓦湖边用心画画，来了三位英国女游客，站在他身边看他画画，还在一旁指手画脚地批评，一个说这儿不好，一个说那儿不对，贝罗尼没有反驳，都一一修改过来，末了还跟她们说了声“谢谢”。

第二天，贝罗尼有事到另一个地方去，在车站又遇到昨天那三位女游客，她们此时正交头接耳不知在讨论些什么。那三位英国女游客看到他，便朝他走过来，向他打听：“先生，我们听说大画家贝罗尼正在这儿度假，所以特地来拜访他。请问你知不知道他现在在什么地方？”贝罗尼朝她们微微弯腰致意，回答

说："不好意思，我就是贝罗尼。"三位英国女游客大吃一惊，又想起昨天不礼貌的行为，都不好意思地跑掉了。

骄傲是一个人对自己在某个方面或领域有卓越价值的肯定，是人对自己成绩的认知。骄傲是人难免的情绪，但过度的骄傲就是高傲。一个心怀高傲的人，是不会把别人放在眼里的，他们都认为自己比别人强。但这些人都忘了，高傲的人只能让人厌烦，要知道人外有人，太过骄傲只能自取其辱。

所以说，做人最忌骄傲自满，一个人的力量是有限的，个人的成就中都包含着别人的支持和帮助，成功的时候不要忘记感谢他人的功劳。否则，只能让别人觉得你过于傲慢，最终会因骄傲而封死了前进的道路。

培养越挫越勇的精神

自惭形秽的人，永远无法成为生活中的强者。

不曾经历过挫折的人生，根本不算是完整的人生。人类的成长，通常是由许多的挫折组成的。在生活中，如果你没有被逆境所吓倒，反而选择以坚强乐观的态度，把它们想象成理所当然的，那么你就极有可能把逆境变成顺境的前奏。

生活的路上总是有很多的坎坷和困难，一次次地跌倒并不可怕，可怕的是失去对成功的期待与坚持。更重要的是，一次次摔倒后，你还能不能顽强地爬起来，总结经验重整旗鼓，继续坚持下去，直到成功为止。如果受了重击

后便一蹶不振，那么，你只好永远趴在胜利者的脚下。

科学研究证明，世界上的跳高冠军是跳蚤。跳蚤跳起来的高度是跳蚤身高的100倍以上，因此被称为世界上跳得最高的动物！

科学家用跳蚤进行试验：他们在跳蚤的头上罩上一个玻璃罩，然后使跳蚤跳动。跳蚤第一次起跳就碰到了玻璃罩。连续多次以后，跳蚤调整了自己能够跳起的高度来适应新的环境，此后每次跳起的高度总保持在罩顶以下。科学家们逐渐降低玻璃罩的高度，跳蚤又经过数次碰壁之后主动调整了高度。最后，玻璃罩接近桌面，跳蚤无法再跳了，只好在桌子上爬行。经过一段时间，科学家把玻璃罩拿走后，再拍桌子，跳蚤仍然不会跳，“跳蚤”变成“爬

虫”了。“跳蚤”变成“爬虫”，不是因为已经失去了跳跃的能力，而是一次次遭受挫折之后学乖了，习惯了，最后麻木了！

最可悲的是：虽然玻璃罩已经不存在，跳蚤却连“再试一次”的勇气都没有。玻璃罩的限制已经深深地刻在它那十分有限的潜意识里，反映在它的心灵上——不是没跳高的能力，而是没有跳高的勇气。

动物是这样，人也是这样。很多人的经历与此极为相似。有的人就因为自己受到挫折，称自己是过来人，在工作中害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏，他们对失败习以为常，逐渐丧失了信心和勇气。

爱迪生能成为一位伟大的发明大王，并不因为一生下来就是天才，而是因为他不怕困

难，勇于面对困难，有着越挫越勇的精神。

爱迪生出生于劳动人民家庭，由于出身低微、生活贫困，爱迪生只读了三个月的书。他的小学老师因为总被他古怪的问题问得张口结舌，竟然当他母亲的面说他是个傻瓜、将来不会有什么出息。爱迪生虽未受过良好的学校教育，但凭个人非凡的勇气、才智和自信获得了巨大的成功。他以坚韧不拔的毅力、罕有的热情和精力从千万次的失败中站了起来，克服了数不清的困难。

有一次，爱迪生在火车上做实验，因不小心，化学物品倒在地上遇到空气导致火车起火，火车司机给了他一个耳光，把他的耳朵打聋了，并把他的化学物品全扔了，但他并不放弃发明，克服重重困难之后，爱迪生最终成为

美国发明家、企业家。他发明了电报机，发电机、留声机；实验并改进了电灯（白炽灯）和电话机。在他的一生中，平均每15天就有一项新发明，他因此而被誉为“发明大王”。

古人说过：“人生逆境十之八九。”在现实生活中，也确实难以事事如意，挫折总是伴随着人们，小至无端遭人讥讽，受到批评，夫妻拌嘴，大至高考落榜，初恋失败，婚姻破裂，事业挫折等等。其实，遭受挫折并不可怕，关键是用积极的行为方式去自我调节，从消极的挫折心理中得以解脱。

成功与失败往往就是一步之遥，坚持到最后就是成功，一遇见困难就放弃肯定是要失败的。相似的故事似乎并不少见，我们也总能清晰地悟出其中的道理，可真轮到自己，又是那

么的沉不住气。不能坚守，乃是由于我们不自信。我们在本该放手一搏的时候，却犹豫彷徨。我们不愿意再试一下，是因为没有信心。

因此，我们在工作中遇到了挫折或困难，不应被吓倒，而要考虑如何从挫折中解脱出来。在遇到挫折时，如果你认为自己被打倒了，那么你就是真正地被打倒了。如果你认为自己仍屹立不倒，那你就真的屹立不倒。如果你想赢，但又认为自己没有实力，那你一定不会赢。如果你认为自己会失败，那你必败无疑。如果你自惭形秽，那你就不会成为一个强者。

忍辱负重是成事之本

对一般人来说，忍耐是一种美德，对成功

者来说，忍耐却是必须具备的品格。

自古以来，都把忍辱负重称为担当大任的美德。纵观古今成功人士之道，无不是忍而成就事业的。忍辱负重，是忍受屈辱、承担重任的意思。忍辱负重是成就事业必须具备的基本素质。能在各种困境中忍受屈辱是一种能力，而能在忍受屈辱中负重拼搏更是一种本领。

自古以来，评价人的标准，只要看一个人的涵养和行事的风格，就知是否可以成为可塑之才，是否有大将之风。因此要成为非凡的人，除了常识与能力之外，还视其能否将情绪操控得当。一个人的涵养来源于他的修养，有修养之人都懂得控制情绪。遇事不能冷静，并且以某种极端手段处之的人，绝不是一个有修养的人。不能顾全大局，只在小事上争长论短

的人，绝不是一个能成大器的人。

在唐朝第三个皇帝高宗即位后，一直受到皇后武则天的限制。有一次，高宗在巡幸途中，遇到一个好几百人同堂的大家族，大家生活在同一屋檐下，却没有任何风波，十分和睦，这在当时实属少见。因此，高宗特地去拜访了这个家庭，向他们请教家族和睦的秘诀。

于是族长取来纸和笔，一连写了一百多个“忍”字，意即大家族和乐的秘诀除了“忍”字以外别无他法。高宗看后深有同感，赐给这家族莫大褒赏。

由此可见，“忍”功是天下修养第一功。无论你位有多高，权有多大，都必须学会忍让。切不可因一时之怒气而毁掉你的大好前程。

三国时的诸葛亮辅佐刘备，立志要收复中原。他六出祁山，攻打魏国。但是魏国大都督司马懿多谋善变，遇事极为冷静，从不为自己的情绪左右。一次，诸葛亮出兵伐魏，进军至五丈原。司马懿率军渡过渭水，筑垒抵御。当时，蜀国大军出动，粮草有限，利在速战，司马懿则坚守不出，以待时机。为了激怒司马懿出战，诸葛亮心生一计，派人给他送去了妇女的服饰，以侮辱他。讽刺他胆小如女人。

但司马懿看到后只是佯装恼怒，却始终按兵不动。诸葛亮用尽了各种手段来羞辱司马懿，但是司马懿总是置之不理，时常是他的部下都难以忍受了，他却依然装做两耳不闻，令诸葛亮无可奈何，每次都是无功而返，诸葛亮也就没有办法了。最后，诸葛亮见同魏军长期相持，难以取胜，心力交瘁，加之过度操劳，

病死在了五丈原军营中，蜀军只好退走。后来，唐朝的大诗人杜甫也为他惋惜说：“出师未捷身先死，长使英雄泪满襟。”司马懿能够忍，所以在国家大计上，没有被一代儒将诸葛亮打败。

生活中，面对不同的环境，不同的对手，有时候采用何种手段已不太关键，而如何保持好自己的情绪才至关重要。每个人都有自己的情绪，而情绪是一种很滑溜的东西，有时滑溜得让人捉摸不到，但是，不管怎么滑溜，你都要想办法将它捏得紧紧的。因为这关系到你能否在社会上游刃有余地生存。

有许多人能把情绪收放自如，这个时候，情绪已不仅是一种感情上的表达，而是成了攻防中使用的武器。有时候，掌控不住情绪，不

管三七二十一发泄一通，结果搞得场面十分难堪。生活中，每个人都难免会碰到这种擦枪走火的状况。但是，聪明人有将不良的情绪马上收回的本事。情绪处理得好，可以将阻力化为助力，可以帮你解危化险。

韩信在投奔刘邦之前非常潦倒，常常是寄人篱下，甚至乞讨为生。有一天他身佩长剑来到一个集市，突然有一群青年拦阻了他的去路，其中一人对韩信说：“我看你长得人高马大，还佩带长剑，好像是个英雄好汉，其实你只是一个胆小鬼而已。”众人听了哈哈大笑，那人更加来劲了，缠住韩信不让他走，还坚持说：“你相信不相信我说的话？不相信我们来比一比看谁能杀了谁，如果你胆小不想和我比武又不想死，就从我裤裆下爬过去。”韩信注视着那人，心想：我要杀了他，简直易如反掌，但

是杀这样一个无赖不但不能证明我的才能，反而有损我的清白，而且一旦杀了他，他的同伙肯定要缠住我不放，万一再被官府抓起来，那么这一辈子就完了，我不能和他一般见识，和他斗这口气。想到这里，韩信就伏下身从那人裤裆下爬过去了。

这就是历史上关于韩信受“胯下之辱”的传说。

对一般人来说，忍耐是一种美德，对成功者来说，忍耐却是必须具备的品格。

宋代著名大文学家苏东坡在评论楚汉之争时曾说：“汉高祖刘邦所以能胜，楚霸王项羽所以失败，关键在于能忍不能忍。项羽不能忍，白白浪费自己百战百胜的勇猛；刘邦能忍，养精蓄锐，等待时机，直攻项羽要害，最后夺取

胜利。刘项之争，从多方面说明了这一点。刘邦之所以成大业是他懂得忍下人之言，忍个人享乐，忍一时失败，忍个人意气；而项羽气大，什么都难忍难容，不懂得‘小不忍则乱大谋’的道理，大业未成身先亡，可悲可叹！”

所以说，忍，乃人的一大智慧，它有助于人们在攀登理想境界的征途中，消除情感世界不可避免的潜在危机。因而，对于一个成功的开拓者来说，它既是实现既定目标的保证，又是取得更大成功的起点。忍，是一种等待，为图大业等待时机成熟，忍之有道。这种忍，不是性格软弱，忍气吞声、含泪度日之举，而是高明人的一种谋略，是为人处世的上上之策。

刚愎自用是处世的大忌

刚愎自用让人迷失自我，使人与成功渐行渐远。

常言道：“满招损，谦受益。”做人做事应该虚怀若谷，让胸怀像山谷那样空阔深广，这样就能吸收无尽的知识，容纳各种有益的意见，从而使自己充实丰富起来，不犯文过饰非的毛病。

春秋时期，晋楚因宋国发生战争，楚军打得宋国要投降了就撤军。晋军将领先不听统帅荀林父的命令擅自进攻楚军。楚国大夫伍参对楚庄王说晋军将领先刚愎自用，内部不团结，可以消灭晋军而出兵。结果，楚国大获全胜。

那些刚愎自用的人，虽然有一定的能耐，在自己的工作、事业上还做出过一定的成绩，因而往往会自大自傲，自我感觉一直良好，到

了自我陶醉、不可一世的地步。刚愎自用的人还是典型的自我崇拜狂，看他人是“一览众山小”，自己什么都是对的，别人统统都是错的，这类人个性孤傲，对人冷若冰霜。

刚愎自用的人都很顽固、守旧、偏执。对于某种理念，过于专注，他认准了的事，就坚持到底，死不回头，一个劲地认为自己是在坚持原则，坚持真理。实际上他们认的却是死理儿，一点灵活性都没有。这类人面对世界的发展进步，总觉得是不可思议或是在瞎胡闹。自己的这种想法，明明是与时代潮流相违背，却反过来认为是时代在倒退，是一代不如一代。这类人对新事物、新人物、新现象、新趋势一百个看不惯，视为洪水猛兽。有时，他们的言行比保守派还保守，比顽固派还顽固。

刚愎自用的人自尊心极强，一点都冒犯不得，谁若是当面顶撞了他，尤其是在大庭广众之下顶撞了他，他就会火冒三丈，认为这是故意和他过不去，故意让他下不了台，是故意在寻衅，他就会从此记在心上形成伤口，而且这个“伤口”很难愈合，往往是一辈子都难以忘掉，以后一有机会就会对“发难者”进行打击报复，以报这个“宿怨”。若是“发难者”在他手下工作，他就会因此而对其失去信任，会很随便地找个“理由”就给他穿小鞋，这个人便很难再会有发展晋升的机会。

刚愎自用的人一般都是好大喜功的人。这类人喜欢自我肯定、自我表彰，做了一点点有益的事，就沾沾自喜，到处表功，唯恐他人不知道。这类人也只喜欢听好话，听吹捧的话，不喜欢听不同的意见，更不喜欢听反对的话，

因而在他的周围聚集着一帮献媚于他的小人。

刚愎自用的人大都是从来不认错的人。这种人对自己的眼光和能力从来都不怀疑，有时明明是自己错了，却就是不承认；明明是自己将事物搞得很糟，但就是不认账；明明是自己的指导思想出了问题，却偏偏说是他人将他的思想理解错了……总之，黑的说成是白的，错误变成了真理，成绩永远是自己的，错误永远是他人的，即便是他有错，也是“一个指头和九个指头”，是“七分成绩和三分缺点”，因而经常是倒打一耙，反诬批评者不怀好心。不仅如此，为了彻底杜绝批评者的反对声音，还会利用权势大整特整那些批评者。这类刚愎自用者不肯悔改、又不听他人劝告的特点，往往会使他们在错误的道上越走越远，其结果就会与自己原来美好的奋斗目标南辕北辙。

有这样一则故事：

从前有两个年轻人，一个叫小山，一个叫小水，他们住在同一村庄，成为了最要好的朋友。由于居住在偏远的乡村谋生不易，他们就相约到远地去做生意，于是同时把田产变卖，带着所有的财产和驴子到远地去了。

他们首先抵达一个生产麻布的地方，小水对小山说：“在我们的故乡，麻布是很值钱的东西，我们把所有的钱换取麻布，带回故乡一定会有利润的。”小山同意了，两人买了麻布，细心地捆绑在驴子背上。

接着，他们到了一个盛产毛皮的地方，那里也正好缺少麻布，小水就对小山说：“毛皮在我们故乡是更值钱的东西，我们把麻布卖了，换成毛皮，这样不但我们的本钱回收了，返乡

后还有很高的利润！”

小山说：“不了，我的麻布已经很安稳地捆在驴背上，要搬上搬下多么麻烦呀！”

小水把麻布全换成毛皮，还赚了一笔钱。小山依然有一驴背的麻布。

他们继续前进到一个生产药材的地方，那里天气苦寒，正缺少毛皮和麻布，小水就对小山说：“药材在我们故乡是更值钱的东西，你把麻布卖了，我把毛皮卖了，换成药材带回故乡一定能赚大钱的。”

小山拍拍驴背上的麻布说：“不了，我的麻布已经很安稳地在驴背上，何况已经走了那么长的路，卸上卸下太麻烦了！”小水把毛皮都换成药材，又赚了一笔钱。小山依然有一驴背的

麻布。

后来，他们来到一个盛产黄金的城市，那充满金矿的城市是个不毛之地，非常欠缺药材，当然也缺少麻布。小水对小山说：“在这里药材和麻布的价钱很高，黄金很便宜，我们故乡的黄金却十分昂贵，我们把药材和麻布换成黄金，这一辈子就不愁吃穿了。”

小山再次拒绝了：“不！不！我的麻布在驴背上很稳妥，我不想变来变去呀！”小水卖了药材，换成黄金，仍然又赚了一笔钱。小山依然守着一驴背的麻布。

最后，他们回到了故乡，小山卖了麻布，只得到蝇头小利，和他辛苦的远行不成比例。而小水不但带回一大笔财富，还把黄金卖了，成为当地最大的富豪。

从上面的故事中可以悟出，刚愎自用、坚持自己错误的观念是一种非常可怕的坏毛病。它可以使人与机遇擦肩而过，离真理越来越远，离逆境越来越近。

先处理心情，再处理事情

我们一定要学会克制冲动，在发脾气之前及时提醒自己：“冲动是魔鬼！”

我们经常说的一句话是：“冲动是魔鬼！”是的，对于一个人来说，由于情绪冲动，乱发脾气，绝对是一种损人不利己的愚蠢行为。因为，情绪的冲动有时会给和谐的同事关系造成困扰，有时会给你的家庭和睦带来麻烦，有时甚至会导致你和好朋友之间反目成仇。

法国名将拿破仑曾统兵数百万，所到之处战无不胜、攻无不克，但是他说：“我就战胜不了我的脾气！”

是的，人往往“胜不过自己的脾气”，在遇到感情挫折、情绪困扰时，就是想不开、钻牛角尖，以致怒火中烧，逼自己走上极端。可是，人必须懂得情商中最重要的“情绪忍受力”，也要知道“脾气来了，福气就没了”！我们不能让自己处于气愤不已的状态，要懂得“让情绪换跑道”，绝不能使“情绪的癌细胞扩散”！

因此，生活中的“情商高手”，必须要知道，遇到冲突、生气时，一定要“先处理心情、后处理事情”，“凡事多思考，切勿轻易发怒”，而且，“不要急着说，不要抢着说，而是要想着说！”

毕竟，人活着，不是要“斗气”，而是要“斗志”！人活着，不是要比“气盛”，而是要比“气长”！人活着，不是要“争一时”，而是要“争千秋”啊！

想一想，“我”这个字是哪两个字的组合？是“手”和“戈”对不对？老祖先造字真有创意，“手拿着刀剑、干戈”，竟然是变成“我”这个字。所以，人常常是很自私、很防卫的，谁冒犯我，惹我、欺负我，我就拿“武器”和他拼命、打架。

可是，这样值得吗？前些时，有些失学的青少年无所事事搞帮派，为了抢地盘，19岁就把昔日同学砍死；而一名女研究生，为了博士班的男友，也把同班好友（情敌）用化学药剂害死！也有一父亲在暴怒时，一时失控，一巴

掌把小女儿打成耳膜破裂，造成终身耳聋！这些惨痛的事例提醒我们："冲动，是片刻的疯狂！"

我们不能让自己的情绪只有"幼儿园的程度"，必须学习"转念"，"少点怨，多点宽容"、"多洒香水、少吐苦水"，让负面的思绪远离，用乐观的正面思绪来迎接崭新的一天！珍惜每次相遇、相处的机会，多点"给人信心、给人欢喜、给人方便"；同时，也别忘记"生活不乏严厉批评，喜悦来自真心接纳！"

斯坦德是一位经理，一大早起床，发现上班时间快要来不及了，便急急忙忙地开了车往公司急奔。

一路上，为了赶时间，斯坦德连闯了几个红灯，终于在一个路口被警察拦了下来，给他

开了罚单。

这样一来，上班更是笃定迟到。到了办公室之后，斯坦德犹如吃了火药一般，看到桌上放着几封昨天下班前便已交代秘书寄出的信件，斯坦德更是生气，把秘书叫了进来，劈头就是一阵痛骂。

秘书被骂得颇有莫名其妙的感觉，拿着未寄出的信件，走到总机小姐的座位，又是一阵狠批。秘书责怪总机小姐，昨天没有提醒她寄信。

总机小姐被骂得心情恶劣之至，便找来公司内职位最低的清洁工，借题发挥，对清洁工的工作，没头没脑地又是一连串声色俱厉的指责。

清洁工没有人可以再骂下去，她只得憋着一肚子闷气。

下班回到家，清洁工见到读小学的儿子趴在地上看电视，衣服、书包、零食，丢得满地都是，当下逮住机会，便把儿子好好地修理了一顿。

儿子电视也看不成了，愤愤地回到自己的卧房，见到家里那只大懒猫正蹲在房门口，儿子一时怒由心中起、恶向胆边生，立即狠狠地一脚，把猫给踢得远远的。

无故遭殃的猫，心中百思不解：“我这又是招谁惹谁啦？”

这时，斯坦德正好从猫身边走过，谨慎的猫为防止再被人踢，迅速抓了一下斯坦德就

溜，可怜的斯坦德被猫抓破了腿。

在这则故事中，可怜的斯坦德由于冲动将不好的情绪带到了工作中，惹来了一连串的连锁反应，最终伤了自己。现实生活中往往也是如此。因此，我们一定要学会克制冲动，在发脾气之前及时提醒自己：“冲动是魔鬼！”

荣辱不惊，修养心灵

心灵是智慧之根，需要用知识去浇灌。胸中贮书万卷，不必人前卖弄。

在纷纷扰扰的世界上，心灵当似高山不动，不能如流水不安。居住在闹市，在嘈杂的环境之中，不必关闭门窗，任它潮起潮落，风来浪涌，我自悠然如局外之人，没有什么能破

坏心中的凝重。身在红尘中，而心早已出世，在白云之上，又何必“入山惟恐不深”呢？关键在于你的心有没有真正的静下来，有没有经受外界“糖衣炮弹”诱惑的能力。

成败、荣辱、福祸、得失，人生不如意者十之八九。面对挫折、苦难，是否能保持一份豁达的情怀，是否能保持一种积极向上的人生态度，这需要博大的胸襟，非凡的气度。如果你感到痛苦，证明你的心还不曾麻木。其实，生命本身就是一种幸福。

在逆境中磨炼你的意志，不必计较一时的成败得失。“风物长宜放眼量”，去追寻长久的精神底蕴。忍受孤独，在彷徨失意中修养自己的心灵，这就是最大的收获。如同蚌之含沙，在痛苦中孕育着璀璨的明珠。

人生的烦恼来自于非分的欲望，种种诱惑使你的心灵蒙尘。淡泊名利，宁静致远，既不抱怨贫贱又不仇视富贵。面对世俗，不随波逐流；面对权贵，如雪峰坚守自己的高洁。这是勇敢，也是骨气，一切都出自本心。

心灵是智慧之根，要用知识去浇灌。胸中贮书万卷，不必人前卖弄。“人不知而不愠，不亦君子乎？”让知识真正成为心灵的一部分，成为内在涵养，成为包藏宇宙，吞吐天地的大气魄。只有这样，才能运筹帷幄之中，决胜千里之外，才能有指挥若定的挥挥洒洒。如范仲淹“胸中自有十万甲兵”，如诸葛亮悠然抚琴退强兵。

马谡失街亭后，司马懿大军兵临城下，蜀国处于危急关头。困守孤城的诸葛亮，身边已

无强兵猛将，只有一些老弱残兵及手无缚鸡之力的文官。当司马懿率虎狼之师蜂拥而至，兵临城下时，诸葛亮却临危不乱，处变不惊，演绎出了响彻历史的“空城计”。当时，诸葛亮坐在城楼上焚香抚琴，让军士撤去城头旗帜，打开大门。司马昭建议应该攻进城去，司马懿却说：“亮平生谨慎，不曾弄险，今大开城门必有埋伏，我兵若进，中其计也。”于是下令退兵。等司马懿觉察过来，赶回城中，早已不见诸葛亮的踪影。

运筹于帷幄之中，决胜于千里之外，全在于一个人是否具有良好的学识修养。诸葛亮在以往历次大大小小的战役中，可谓神机妙算，百战百胜，生性多疑的司马懿，吃了诸葛亮不少亏，畏之如虎。又见诸葛亮命人大开城门，端坐城头，鹤氅纶巾，仙风道骨，焚香抚琴，

笑容可掬，固然仓皇失色，忙令撤退，才使得诸葛亮化险为夷，逃过此劫。强兵压境，或全力拒之，或一走了之，这是常见的思维策略。可是，诸葛亮面对这突如其来的新情况，认为这两种方法都不可行，无论哪种方法，都只能兵败被擒。于是，他打破常规，既不走，也不拒，装出若无其事的样子，高台端坐，抚琴自乐，以一座空城吓退了司马大军。这固然也需要良好的心理素质，否则便不会有强兵压境的镇定自若。心灵的镇定自若意味着一种经历世事沧桑之后的成熟，以及对于事物规律不同寻常的掌控。无论是狂风暴雨还是艳阳高照，无论是沧桑巨变还是命运逆转，一切都没有关系。这样的人生永远安静、沉着，临危不乱，处变不惊，是心灵修养的重要一课。

人类的文明修养并不是与生俱来的，而是

要靠后天不断完善的，我们可以从以下方面做起：

首先，多读书，读好书。高尔基说过："书籍是人类进步的阶梯。"要完善个人修养，首先要致力于读书求学。多读书，就会增长知识，开拓视野。培根曾经说过："史鉴使人明智，诗歌使人巧慧，数学使人精细，博物使人深沉，伦理之学使人庄重。"这诸多意思，可一言以蔽之，即读书有益。如果我们不多读书，哪来的这么多知识呢？如果没有了知识，我们怎样去辨别是非呢？书是历史经验的总结，书是社会文化的结晶。读书，可以彻悟人生道理；读书，可以洞晓世事沧桑；读书，可以广济天下民众。

总之，书籍能够充实人的头脑，使人们对

事物从感性认识上升为理性认识，然后彻底认识世界，改变世界，促进人类的进步。人的认识就是在书籍文化中不断深化、扩展、向前推移的。但是，现代人知行脱节的现象比较普遍，也就是说，很多很多道德规范、人生哲理，我们是懂得的，但是却难以付诸实践。因此，要想成为一个有修养的人，一定要做到“知行合一”。

其次，注重自我磨炼。荀子说：“积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自行，圣心备焉。”这也反映出，一个人的修养不是一蹴而就的，而是需要一个不断积累和深化的过程。所谓“自我磨炼”就是要通过知识、品行的积累，不断使其巩固、强化，逐渐凝固成优良的品德。这种道德修养方法，实际上就是强调对人的道德意志的磨炼，

只有不断加强对自我的磨炼，人才能步入更高的道德境界。

第三，内省。所谓“内省”，是指自己在内心反省自己的言行，扫除邪恶、伪善的部分，保留真、善、美的部分，并将其发扬光大。“内省”的修养方法，是一种自我锻炼的修养方法，就是用正确的原则和规范去要求自己，不断清洗、克服掉错误的认识。一个人只有在内心严于解剖自己，对一切错误的言行毫不留情地进行自我批评，坚决抛弃时，才有可能成为一个符合时代精神的有修养的人。

总之，个人修养的培养不是一件容易的事，要用一生去琢磨，要用一生去学习和体会，要用一生去感悟和领会，要怀着一颗平常心。这样，在漫漫的人生旅程中，即使是平庸

的日子、平常的生活、平凡的人生，只要细细品味，也能品味出那隽永、醇厚的滋味来！

第七章 成就事业——励精图治有作为

机会来临时，不同的人有着不同的选择。有的人会单纯地接受，有的人会持着怀疑的态度观望，有的人则固执地坚持自我不肯接受改变，而有的人甚至选择了让机会从眼前白白溜掉。不同的选择产生了不同的结果，而选择的正确与否，往往也决定了事业的成败。想要成就一番事业，就必须重视自己的每一次选择，坚持自己的选择，放弃沉重的包袱，这样才能让自己登上成功的巅峰，实现自我。

选择小事终成大业

把每一件普通的事情做好就是不普通；把每一件平凡的事情做好就是不平凡。

人生是一个积累的过程，一个人只有从每一件小事做起，不断积累，才能成就一番事业。很多人自视甚高，总想一开始就做出一番惊天动地的事业来，而对于身边琐碎的小事却不屑一顾，结果走入了一个误区。他们只想干大事，不想干小事；只想赚大钱，不想赚小钱；只注重大场面，却忽略了细节……这些想法让他们陷入了一种尴尬的境地：小事不愿做，大事做不了；小钱不愿赚，大钱赚不了；细节常失误，整体靠不住。

聪明的人知道成功需要一步一个脚印儿地努力，所以他们能安心从小事做起。他们在小事中不断磨炼自己的技艺，提升自己的能力，从容易的地方开始，不断完成越来越难的任务，最终成就大业，实现人生的梦想。

现在街头有许多以擦皮鞋为生的人，可能我们对他们会嗤之以鼻，认为这是一份难登大雅之堂的工作。擦皮鞋是否就是没出息呢？答案是否定的，日本就有一个名叫源太郎的人，他在这个行业干了一辈子，凭借擦皮鞋出人头地，成就了一番辉煌事业。

源太郎原本是一家化工厂的工人，由于工厂经营状况不善，他失业了。一个偶然的机会，他从别人那里学会了擦皮鞋，并且对这份工作产生了迷恋。他四处拜访有名的擦鞋匠，

向他们虚心学习擦皮鞋的技艺。日子一天天地过去了，源太郎的技艺不断提高，他在当地也逐渐小有名气。

与一般的擦鞋匠不同的是，源太郎擦鞋的方法很特别。他用木棉布代替了鞋刷，而且自己调配出了各种鞋油。源太郎擦鞋的手法也很独特，那些原本色泽灰暗的旧皮鞋，经他匠心独运的一番擦拭后，纷纷变得焕然一新，而且可以在好几天内保持光鲜。源太郎成为了当地最著名的擦鞋匠，他的生意也越做越大，每天上门找他擦鞋的客人都络绎不绝。

源太郎更令人叫绝的地方是，凭着高深的职业素养，客人只要从他眼前经过，他便能知道对方穿的是什么鞋；只要看看鞋子的磨损部位和磨损程度，他就能说出这个人的一些生活

习惯。随着名声的不断传播，东京一家名叫“凯比特东急”的饭店将他请去，为饭店的顾客擦鞋。

大家没有想到的是，自从源太郎来到了“凯比特东急”之后，凡是来东京演出的各路明星们都点名到这家饭店居住。而吸引这些名人到来的原因很简单，就是享受一下源太郎擦鞋的“五星级服务”。这些大牌明星都十分苛刻，可是他们都对源太郎的手艺赞不绝口。源太郎炉火纯青的技术、一丝不苟的精神，为他赢得了众多顾客的青睐。

源太郎的名声传出了东京，甚至传到了国外，除了日本国内，香港、新加坡等地方都有人请他去擦鞋。在他那简朴的工作室内，堆满了准备寄往世界各地的速递箱。如今的源太

郎，早已成为“凯比特东急”的一块金字招牌。

一个微不足道的擦鞋匠却干出了一番令人钦佩的事业，赢得了世人的尊重，因为他从来不嫌弃擦鞋这份职业，并全心全力地做好它，终于达到了今天的高度。所谓行行出状元，不轻视小事的人，才能成就一番大业。

也许我们会认为，大事件总是和大人物联系在一起，像我们这些小人物无法做成大事。实际上，大人物也是从一件一件的小事做起，最终拥有了做大事的能力，当做大事的机会出现时，他们便一举成功。小事情是人生中最基本的内容，聚焦小事，能让我们的人生升华。大人物的成功，是一种生活的积累。

一个年轻人出来找工作，苦苦找寻后，终于在一家快餐店找到了一份送外卖的活儿。这

活儿很辛苦，每天都要送几百份快餐，然而收入却低得可怜，一个月只有区区300元。但是他没有抱怨，一直坚持做着这份工作。很多人劝他找一份薪水更高的工作。是啊，一个月300元，这点钱能做些什么呢？可是他只是笑着摇了摇头，一干便是六年。

六年后，他东拼西凑筹集了资金，创办了一家家政服务公司。令人惊奇的是，他的生意出奇地好，他的公司规模不断扩大，他也坐拥几千万的资产。很多人感到不可思议：一位送外卖的小员工，怎么可能转眼间在竞争激烈的市场中脱颖而出呢？其实他成功的秘密很简单，在他送外卖的六年中，他结识了许许多多的生意人，这些人成为了他日后生意的顾客，并帮他带来了新的业务。有几个送外卖的员工能一干就是六年呢？他做到了，并且让这六年

为自己日后的飞黄腾达奠定了坚实的基础。

安心做小事，与每一个客户打交道，通过每一件小事，每一个细节，同他们建立信任，这就是他的过人之处。细节做得好，小事做得好，成功也就自然而然了。成就大事业的人，都是小事做得很好的人。

大海从不嫌弃河流的细小，所以成就了它广阔的胸怀；大山从不嫌弃寸土的微小，所以成就了它凌云的气魄。我们应该认识到小事的价值，加倍重视小事，无论它有多么小，都全力以赴地对待，必然能有巨大的收获。

也许我们很平凡，但只要把平凡做好，一样可以变得伟大。雷锋的一生中并没有做出什么惊天动地的大事，但是他认真地做好每一件小事，充分发挥了“螺丝钉”精神。他把每一件

小事都当成一个新的起点，当成一件大事认真对待，倾注自己全部的热情和心血，积累积累再积累，终于在平凡之中做到了伟大。毛主席“向雷锋同志学习”的题词，便是对他一生行为的充分肯定。

海尔总裁张瑞敏曾经说过，“把每一件普通的事情做好就是不普通；把每一件平凡的事情做好就是不平凡。”成功之路并不是笔直的，而是充满着许多曲折，只有通过缓慢地积累和不断地学习，我们才能攀上成功的高峰。

世情才是大学问

命运是公平的，抱怨命运给予他少的人，往往他们自己的付出很少。

很多大学毕业生走出校门，踏上工作岗位，自以为满腹经纶，踌躇满志，觉得自己将会得到领导的器重，大有一番作为。然而一段时间之后，他们中很多人却出现意志消沉，士气全无的状况。究其原因，并非是他们的专业知识不够扎实，文化基础没有过关，而是他们的社会经验匮乏，不懂得人情世故，不能处理好各种社会关系。虽然满腔热情，却四处碰壁，自信也一点一点被消磨掉。刚踏入社会的大学生不了解社会，在人际关系上处于劣势，所以被那些他们认为没有自己文化水平高的人打败。

古人曾说"世事洞明皆学问，人情练达即文章。"一个人想要做好任何事情，都离不开"世事洞明"和"人情练达"，这对于一个立志成就一番事业的人来说格外重要。一个人只有善于洞

察世事人情，才能从中学到宝贵的涉世经验，掌握自己必须用到的知识，找到提升自己的机会，让自己不断地进步。

李嘉诚长期占据华人首富的位置，十分风光，但是翻看他的成功史，却也是充满辛酸。为生活所迫，他很早便走上社会工作，以便减轻家庭的负担。穷人的孩子早当家，14岁的时候，他已经有着超越同龄人的成熟，有意识地体察世事人情。他没有书生的迂腐，这让他为后来的成功打下了坚实的基础。

他开始时在一家茶楼做伙计。茶楼的营业时间较长，店伙计每天的工作量都很大，工作时间在15个小时以上。由于茶楼的营业时间较早，伙计们必须在清晨5点左右赶到茶楼开始工作，为即将到来的茶客们准备茶水茶点。白天

虽然客人很少，但有几个老主顾总是喜欢在茶楼消磨时光，店伙计也必须在一旁打点。别的伙计们总是趁这段时间休息一下，可李嘉诚是地位最低的伙计，别人休息时他还必须呆在茶楼上伺候客人。晚上是茶楼生意最火爆的时候，等到茶楼打烊，已经是深夜了，李嘉诚才能结束一天的劳累，回到住处休息。几个小时之后又要应对新的劳作。

李嘉诚后来回忆起这段艰辛的岁月，说自己是“披星戴月上班去，万家灯火回家来”。这种长时间高强度的工作即便是大人也难以忍受，更何况那时他只不过是一个十四五岁的孩子。他曾感慨地说：“我那时最大的愿望，便是美美地睡上三天三夜。”

这终归只是一个劳累过度的少年的美好愿

望，他在工作中依然不敢有丝毫懈怠。每天早上他都是第一个赶到茶楼的人，因为他把自己的闹钟调快了10分钟。即便后来生活状况好转，他也一直保留了这个习惯。时至今日，大家都知道李嘉诚的手表永远比标准时间快10分钟。这已经成为商界的一个美谈。

李嘉诚知道找工作的艰辛，明白工作来之不易，所以虽然只是一个小小的茶楼伙计，他也认真地做着自己的工作。他的勤劳、敬业、真诚，得到了茶楼客人的一致赞许，这一切都被老板看在眼里。老板对李嘉诚也格外地器重，他成为店里加薪最快的伙计。

那些和他一起跑堂的伙计们，有一份薪水能填饱肚子已经很知足，虽然年纪都比李嘉诚大，他们却从来没有想过自己以后要干什么。

然而李嘉诚却知道，自己不能长期做一个小小的伙计，也不能因为有口饭吃就满足。他要通过这份工作，不断地学到新的知识，从工作中学习社会、体验人生、积累经验。

茶馆是一个比较特殊的地方，三教九流都在这里汇集，简直就是一个微型的社会缩影。李嘉诚是一个活泼的人，茶馆给了他一个同各行各业，各种性格的人接触的机会。南来北往的茶客来这里落脚休息，李嘉诚喜欢站在一边听他们讲述古今各地的人情世事。虽然没有接触过广阔的世界，但凭借这种方法，李嘉诚对错综复杂的社会和异彩纷呈的外面世界有了很多的了解。

虽然外面的世界让李嘉诚心动不已，然而他从未忘记长辈们对他的训导，即便他后来成

为了能够呼风唤雨的人，也没有迷失自我。

在茶楼工作久了，李嘉诚发现茶楼的客人各具特色，又各有喜好。言谈举止间，有的显得儒雅风流，有的粗俗不堪，有的则默默无语。于是，在干好自己手头工作的同时，他开始暗暗观察起每个客人来。

他仔细观察各位茶客的外在表现，通过口音、习惯、外貌、穿着等判断出他们的籍贯、年龄、职业、性格等，并找机会不断地验证自己的想法。他熟记各位常客的消费习惯，揣摩客人的消费心理。

刚开始，李嘉诚发现客人的情况和自己猜测的情况相去甚远，感觉很受打击。不过他没有气馁，反而更加认真地观察客人的特点，不断总结规律。慢慢地，他开始能明白客人的一

些心理，时间长了，客人的情况他能猜个八九不离十了。后来，李嘉诚对一些常客的消费需要和消费习惯了如指掌。谁爱喝哪种茶，谁爱吃哪种茶点，他都了如指掌。再后来，一个陌生的客人来到店里，李嘉诚便能判断出他的地位、喜好、性情等。

常客们来到店里，几乎不需多说，李嘉诚便能送上他们想要的茶水茶点。他待人真诚，客人们都很喜欢他，很多客人受了感动，成为回头客。

老板看到李嘉诚工作做得这么好，不断地奖励他。李嘉诚知道自己取得成功的秘诀所在，更加自觉地训练自己察言观色、见机行事的本事，他因此很快成了一个十分出色的堂倌，并迅速了解了各种人情世故。

茶楼的人流量大，信息量也大，李嘉诚对于客人的谈话十分用心，从中听到了许多做生意的诀窍，而他在此期间也为自己积累了大量的人脉，帮助他成就日后的事业。

开始阶段，李嘉诚只是为了做好自己工作而训练自己观察世情的能力，然而这种能力让他深得裨益，培养了他在生意场上纵横捭阖，了解客户的切实需要，驾驭客户的心理。可以说，若无这项本领，他绝不可能有后来的辉煌。

想要成就一番事业，必须学会察看世情，从中满足自己发展的所需。也许在开始，我们只能从事一份地位与报酬都很卑微的工作，倘若你只是抱怨眼前条件的不好，而不是努力从中汲取提升自己的影响，那么你最终将一事无

成。如果你能放下姿态，脚踏实地地干下去，你将获得极大的收获，能够训练自己的毅力和适应能力，让自身得到升值。

命运是公平的，抱怨命运给予他少的人，往往是因为他自己付出的少。命运为每个人都准备了成功的条件，只是有些条件不易被人觉察，世情更是让人忽略的一个方面。任何一个成就一番事业的人，都是洞察世情的高手，他们能够学习世情，利用世情，帮助自己取得成功。

为自己的人生选择目标

在我们的生活中，最大的挑战之一就是如何保持对生活的激情，远离毫无目的的生活。

在我们的身边，不乏缺乏理想的人。他们的生活随波逐流，毫无目标，终日在浑浑噩噩中度过，浪费了许多宝贵的时光。因为缺少确定的目标和人生理想，没有良好的人生规划，他们的生活总是与失败相伴。当你询问他们想要做什么事情的时候，他们的回答很茫然，因为他们也不知道自己到底要做什么，他们只是日复一日的消磨时光，在生活中随波逐流，慢慢地浪费掉自己的生命。

一个没有目标的人很难做成任何事情，更别说取得全面的成功，即便是在某一领域取得成功也相当的困难。他很难从混沌和迷茫中走出，更难改变自己的生活和命运。没有目标的人，没有前进的方向和动力，容易变得懒惰闲散。而成功则从来不会去叩响懒惰的人的大门。懒惰的人不会尝试接受新的挑战，更无法

应对那些繁重而艰辛的工作，尽管这些因素能让他变得优秀接近成功。受到自身的局限，他们的成就永远不可能太高。只有确定目标，并不断为了自己的目标奋勇前进并全力拼搏的人，才有可能达到全面成功的巅峰，才有可能成为世人瞩目的焦点。

小王原本是某个工厂里的一个普通工人，与厂里大多数工人一样，上班下班日复一日。父母亲有着自己的工作，不需要小王承担家庭的压力，而小王也没有什么人生目标，工作之余便是和几个朋友一起喝喝酒，打打牌。

厂里新聘用了一位女会计，她不仅人长得漂亮，而且很善良，待人十分热情。当得知对方还是单身的时候，小王的心中似乎燃起了一团火焰，他对这位女会计的爱慕之情日渐增

加。可是想到自己只是一个普通的工人时，小王自惭形秽，他觉得对方不会喜欢上自己，信心全无。日子久了，他的朋友们看出了他的心思，纷纷鼓励他："好好干啊，小王，你干出成绩来，人家自然也就关注到你了嘛。"小王听后心中暗下决心，要以这位女会计为目标，一定要做出点成绩来。

从此他像变了一个人，每天工作时都保持着高昂的热情，而且经常助人为乐。下班之后他也不再去喝酒打发时间，而是自学一些与工作相关的技术，虚心地向老师傅请教。很快，小王的工作成绩变得突出起来，领导看到了他的变化，将他提升为车间副主任，年底他被评为了厂里的劳动模范。那位女会计也渐渐地注意到了他，最终接受了他。小王不仅事业有成，而且还赢得了爱情，可谓双喜临门。

没有目标没有理想的小王，终日虚度光阴，没有任何进步。当他终于找到自己的目标后，不断为了自己的目标而努力，最终实现了自己的目标，取得了进步和成就。一个人只有严格要求自己，才能让自己朝着自己的目标奋斗，才不会让自己整天无所事事地打发时光。

古往今来，成功者大都有着远大的理想，而胸无大志的人却容易失败。胸无大志的人，容易因为没有目标而产生懒惰的心理，不愿意努力工作，不愿意付出辛勤的汗水，因此也就无法取得成功。懒惰的人容易安于现状，享受现在的一切，缺乏改变的勇气。在他们看来，既然可以安于现状，为什么还要挥洒汗水努力奋斗呢？这种懒惰懈怠、放任自流的做法，让太多人变得默默无闻、无所成就。

医院里偶尔会接待一些服用吗啡过量的人。为了保护他们的生命安全，医生想尽办法让这些病人保持清醒，甚至不断地用痛感来刺激病人。他们知道，如果这个时候病人陷入睡眠状态，那么几乎就是宣判了病人的死刑。医生采用一切可能的手段来帮助病人驱逐浓浓的睡意，而另一方面，病人必须用坚强的意志同睡意做斗争。如果病人意志消沉陷入睡眠，那么他很可能就再也醒不过来了，只有意志坚强的人，才能获得活下来的机会。

一个人如果胸无大志，随波逐流，是非常危险的。任何人都应该树立远大的理想，对自己有严格的要求。只有这样，每个早晨他才会早早起床，为了目标而学习；只有这样，他才会克服懒散的情绪，不会因为心情不好而耽误工作，只有这样，他才会在遭遇任何困难时都

迎难而上，朝着目标不断努力。

我们的生活中有很多人，他们有着良好的条件，有着优越的环境，可是就是无法取得成功。原因就是他们没有远大的抱负，没有前进的动力，他们始终在原地踏步无法向前，甚至当机遇来临时他们也放任它们在眼前溜走而不能抓住。不甘平庸的人则与之不同，他们会时刻检查自己的目标，检查自己为目标所作的努力，永远保持着高昂的斗志。远大的抱负让我们的生活变得生动，让我们的生活标准不断提高。点燃理想的灯塔，才能为自己的人生之船照亮前进的方向。

我们习惯于看到手表的正面，这上面镶嵌有华美绝伦的宝石，安装着做工精致的指针，然而能让手表正常运作的，却是背后的发条。

一只没有发条的手表，外表再精美也只能是个摆设。一个人同样是如此，可能他身体健康、强壮有力，可能他受过高深的教育，掌握着深奥的知识，但如果他没有远大的志向，那么他的那些优秀的条件便失去了意义，如同搁浅在岸的船，毫无用武之地。

每个人的人生都不可能一帆风顺，都会遇到糟糕的处境，或者遭遇沉重的打击。只要他确定目标、坚定信念，保持着高昂的斗志，在心中燃起不灭的热情之火，那么他一定能走出困境；但如果他颓废消极，自暴自弃，那么他人生的锋芒和锐气就消失殆尽了，最终只能是失败。

在我们的生活中，最大的挑战之一就是如何保持对生活的激情，远离毫无目的的生活，

确定奋斗目标，永远让炽热的火焰燃烧，并且保持这种高昂的境界。

当然，理想和抱负也是需要不断地完善的，它们不会凭空长成参天大树，也需要众多的养料来维持，才能蓬勃常新。很多人也有目标有理想，可是他们的抱负却不切实际，没有实际意义，这就告诫我们在确立目标的时候也要量力而行。只有在坚强的意志力、坚忍不拔的决心、充沛的体力，以及顽强的忍耐力的支撑下，我们的理想和抱负才会变得切实有效。

主动迈出追求成功的脚步

自助者天助，想要成就超越常人的事业，必须付出比常人更多的努力。

每个人都充满了对成功的企盼，几乎每个人都有着远大的理想。然而随着时间的推移，当大家回头观望来时的路时，有的人实现了他的理想，他成功了，而有的人，他的理想依然只是个理想。仅仅靠着愿望和祈祷，并不能让一个人的梦想实现，想要理想变为现实，就必须主动去做，只有行动才能产生结果，一味地空想只能是自欺欺人。

诚然，“成功始于想法”，但成功的到来却是源于努力，如果不主动迈出成功的脚步，那么成功始终会离我们很远很远。如同登山，山不会过来，我们只有主动走过去，才能登上高峰一览美景。只有主动地向前奋斗，我们才能到达成功的巅峰。

一位成功学家曾经聘用一名年轻女孩当助

手。她的工作与普通助手无异，也是替老板拆阅、分类信件，她的薪水也很普通。

有一天，这位成功学家口述了一句格言，要求她用打字机记录下来：“请记住：你唯一的限制就是你自己脑海中所设的那个限制。”她将打好的文件交给老板，并且有所感悟地说：“你的格言令我深受启发，对我的人生大有价值。”

这件小事很快过去了，成功学家的事务繁忙，自然也没有把它放在心上。但是这个女孩的心中却久久不能平静，她的态度也发生了很大变化。从那天起，她延长了自己的工作时间，每天晚饭后回到办公室继续工作，并且干一些不是自己分内的工作。当然，这一切都是没有报酬的。

为了帮助成功学家回复繁多的信件，她认

真地研究成功学家的语言风格，以至于别人根本看不出来这些信是她代为回复的。她也并不在意老板是否注意到自己的努力。有一天，成功学家的秘书因为一些事情辞职了，必须有人填补这个岗位，他自然而然地想到了这个女孩儿。

在没有得到这个职位之前，这个女孩其实已经身在其位了，这也是她能获得提升的主要原因。当别人下班纷纷离开工作岗位时，她依然在努力工作；虽然没有任何报酬。她主动迈出了成功的第一步，让她的能力提高，在竞争中领先别人，最终顺理成章地获得了更高的职位。

女孩变得越来越优秀，猎头公司也开始注意到了她，很多公司为她提供了薪水更高的职

位。成功学家知道自己不能失去这么优秀的助手，为了挽留她，多次给她加薪。与当初相比，她的薪水已经提高了足足四倍。

如果只是做好老板交待的事情，那么她永远无法取得进步，无法超越自己。而假若连老板交待的事情都做不好，那么她也就无法继续在原先的岗位上工作下去了。很多人的职位不好，薪水不高，他们并不从自身寻找问题的症结所在，反而四处抱怨环境的不公，老板的不英明，缺乏改变的决心和立刻行动的勇气。有位大师曾说过，“山不过来，我就过去。”任何想要成就一番事业的人，都必须勇敢地迈出成功的步伐，而在原地等待的人，是永远不会等到山过来的那一天的。

一个业务员想要成功，就必须拜访非常多

的客户。如果他不抓紧时间立刻行动，那么他所拜访的客户就会比别人少，甚至被别人捷足先登，抢走可能属于他的客户，而他也就失去了成功的机会。如果他不能主动出击，那么他的业绩就无法提高，更谈不上取得成功。

一个人如果想要取得成功，就必须比别人做得更早，做得更多。“早起的鸟儿有虫吃”，当别人还没有行动时，他就应该走在行动的路上了。当别人开始行动时，他已经在寻访下一个客户了。只有这样才能不断改进自我、完善自我，才能让自己更加有活力，让自己的行动更有效果，让成功离自己越来越近。

所以，无论你现在决定要做什么事情，无论你现在设定了多少目标，都一定要积极努力地行动起来，迈出成功的第一步。不要拖延，

今天能做的事情，不要拖到明天。遇到问题时，马上动手解决，不要等着“有朝一日”再去解决。不要觉得眼前太过困难，不要觉得太浪费时间，这样只是徒劳地增加自己的忧虑。看看成功者都是怎么做的吧，当他们确定目标集中力量行动时，立刻就兴致勃勃、干劲十足地去寻找解决问题的办法。勇敢地迈出成功的第一步，你会发现原来事情比想象中的容易，困难也没有那么难以解决。

　　对于任何想要成就一番事业的人，都必须具有向“不可能的任务”勇敢挑战的决心和毅力。很多人谨小慎微，从来不敢做过多的尝试。对于事业中遇到的困难，他们也不敢“主动进攻”，只是一味地躲避，恨不得这些事情和自己不沾边。也许他们不会犯错，能够保持自己眼前的工作，然而由于他们不能主动迈出前进

的脚步，终其一生他们也只能做一些平庸的工作，甚至由于被身边的人超越，他们还可能失去自己原本的工作，更不要说创造宏图大业了。

有的人喜欢说“如果……我已经……”，他们勾勒的前景足够诱人，可惜这一切都是如果，而人生恰好没有如果。有些人总是在回忆，在叹息自己以前错过了什么样的机会，他们没有意识到，他们不仅错过了以前成就事业的机会，而且他们现在的喋喋不休，实际上把在未来创造成功的机会也浪费掉了。

不要等待“时来运转”，也不要由于等不到而觉得恼火和委屈，要从小事做起！要用行动去争取胜利。勇敢地去行动，主动出击，未来才会掌握在自己的手中。空想家总是习惯假

设，而实干家在取得一个成功后，还没来得及庆祝便已经在为下一个成功而奋斗了。

不必怨天尤人，成功源于勤奋的工作，怨天尤人只会浪费你的时间，而不会改变你的命运，为你带来成功。只要专心致志地去做好你现在所做的工作，坚持下去直到把事情做好，“机会”就会来到。自助者天助，想要成就超越常人的事业，必须付出比常人更多的努力。成功不是源于幸运女神的“垂青”，而是源于自己的选择，选择主动地迈出追求成功的脚步。

失败只是成功路上的小插曲

每个人都会遇到一些麻烦和挫折，我们以什么样的态度去面对，就会有什么样的人生。

在黎明到来之前总会经历一段格外黑暗的时间，在彩虹出来之前总会经历阴雨，同样，对于一个追求成功的人来说，他在前进道路中总会遇到失败。失败如同乌云，也许偶尔会挡住阳光，但太阳终会破云而出，重新照亮整个世界。任何想要取得成功的人，都必须学会正确对待失败的打击，并从中汲取营养不断成长，让失败成为成功的垫脚石。

失败是成功之母，没有人没有经历过失败。当今世界风云变幻，即便是老手也会犯一些错误遭遇失败，更别说处于事业之初、白手起家的人了。失败并不可怕，可怕的是因此失去信心，失去爬起来的勇气。只有在失败后愈挫愈勇，从失败中奋起，才能反败为胜。商界巨子李嘉诚在创业之初便经历过失败的痛苦，但他从失败中找到了一条成功之路。

经过几年的生活磨砺，李嘉诚变得成熟起来。虽然他眼前的推销工作收入颇丰，但再努力毕竟也只是一名“打工仔”，而他所管理的塑胶企业、塑胶公司的财产毕竟是董事长的，失败的最终承担者也只有董事长本人。企业的成败都与李嘉诚的关系不大。李嘉诚渴望着在社会中证明自己，决心自立门户。尽管老板对他厚爱有加，深情地挽留他，但都没能改变他离开的决心。

为了保险起见，他将投资的目标定在了自己比较熟悉的塑胶方面。说干就干，1950年夏天，李嘉诚多方筹集了5万港元，租了一间厂房，成立了长江塑胶厂，专门生产塑胶玩具和简单日用品。这是李嘉诚风云商路的开始。

李嘉诚的头脑十分聪明，而且做事很讲诚

信，很快他便赚了几笔。然而初次上马便取得了成功，让李嘉诚有些骄傲得意，忽略了商场如战场般风云莫测的特点。他过分地相信自己的能力和判断，盲目地扩大了企业的生产规模，而此时他的资金并不多，设备也很简陋。很快，他便遇到了资金周转不灵的情况。

李嘉诚承接了大量的订单，但受限于设备简陋人手不足，他的工厂生产的塑胶产品的质量每况愈下。为了应付迫在眉睫的交货期，李嘉诚无法改变产品中出现越来越多的次品的状况。于是，因为质量问题被退回来的产品在仓库中越堆越多，很多厂商开始上门催讨债务，而因质量问题投诉工厂要求赔偿的顾客也越来越多。从做生意开始就以诚实从商、稳重做人处世的李嘉诚付出的代价是很惨重的。李嘉诚和他的工厂陷入了危机之中，他濒临破产。

这段时间里，李嘉诚的压力异常巨大，不能得到休息的他双眼布满了血丝。他几乎不停地应对着上门讨债的人，这里面有催讨贷款的银行职员，有索要原料费的原料商，还有要求赔偿的客户，甚至有寻死觅活讨要工资的工人们。李嘉诚身心俱疲。

这种局面是李嘉诚一开始没有想到的。创业之初一路顺风带来的成功感，让他的信心爆棚，过于乐观地估计了形势，这个错误几乎给他带来了灭顶之灾。经历了很长一段浮沉岁月，他才从困境中走出。直到今日，李嘉诚回想起来都心有余悸。

失败已然成为现实，更重要的是重塑信心面对失败以及采取切实可行的行动应对失败。幸运的是李嘉诚并没有因此而放弃，经历了一

连串磨难之后，他痛定思痛，重新审视当前的局面，做出理性的判断。他分析市场走向，分析国际经济形势变化，重新制定了企业发展战略。

通过详细的调查分析，李嘉诚发现他所生产的塑胶玩具在国际市场上趋于饱和状态，而且他的产品在同类产品中并没有竞争优势。于是他决定从种类繁多的塑胶产品中重新确立一个生产方向，最终他选择了从意大利引进塑料花生产技术，产品果然热卖。此举不仅盘活了企业，也让李嘉诚成为了香港的“塑料花大王”。

所以说，失败并不可怕，可怕的是遇到挫折就放弃，没有承受挫折的能力。历数古今中外，凡是取得大成功者，面对挫折无一例外都

有着良好的心理准备和心理承受能力。坚强的人无惧失败，他们将失败踏在脚下，将失败视为通往成功的一步阶梯。对于一个真正的强者来说，失败根本不值一提。那仅仅是一个小小的插曲，是他事业中的一点小麻烦，并不重要。一个真正强者的头脑中根本不存在失败的概念。

当失败不期而至时，假如我们只是惊慌失措，那会如雪上加霜，只能让自己走向更大的失败。惊慌失措容易让人失去理智，不能很好地对局势作出反应，无法设定行之有效的计策对抗挫折。也许原本有很多可以利用的力量，但是因为散乱无法形成一个整体，而一盘散沙是无法阻挡来势汹汹的洪流的。失败于是便如同滚雪球，越滚越大。

当危机来临，遭遇失败时，无论当时的情况多么困难，我们都应正视现实，勇敢面对。危机和失败会对人的心理造成巨大的冲击，人在遭受挫折时，很容易产生恐惧、愤怒、羞耻、绝望等不利的心理因素。如果陷于心理挫伤的泥坑里不能自拔，那就会在失败中越陷越深，以致走向毁灭。

每个人都会遇到一些麻烦和挫折，我们以什么样的态度去面对，就会有什么样的人生。我们应该树立信心，无论事情发展到什么地步，我们都能竭力挽回，将未来掌握在自己手中。挫折与失败，只是人生路上几个坑洼，让我们积极地去面对吧，迈开大步就能踏过坎坷。

人生的丰富多彩也正是因为有着这些酸甜

苦辣来涂抹，没有失败的人生是乏味的，没有经历过失败伤痛的人也无法真正体会到胜利的喜悦。在人的一生中，遇到挫折打击、艰难困苦都是不可避免的，关键的问题是我们被失败打倒，自怨自艾，还是奋起拼搏把失败打倒。只把失败当成是一次必要的磨炼，改变以往遇到挫折就退缩、自暴自弃的心态，用积极的心态对待失败，那么就不会被失败绊倒了。

“胜败兵家事不期，包羞忍辱是男儿。江东子弟多才俊，卷土重来未可知。”这是唐代大诗人杜牧的一首诗，古人尚能如此看得开，更何况我们呢？有谚语说：“再平的路也会有几块石头”。我们要从这些挫折中寻找教训，从而帮助自己去成功。如果我们能正确面对失败，懂得从失败中学习奋起，那么我们便迈出了成功的第一步，因为失败是成功的垫脚石。

可以失望但不可以“绝望”

没有希望的人生没有活力，绝望的人生是通向失败之路。

人的一生是一个不断得到与失去的过程，没有谁是一帆风顺不经历挫折的。在人生的道路上，得到让人变得快乐，失去则让人变得难过。得到让我们变得满足，前进的脚步更加坚定，而失去则让我们伤心失望，甚至放弃了努力。当我们陷入困境之中，应该正视困难，鼓励自己重新振作。虽然我们失去了一些东西，不过这只是暂时的，我们没有把未来输掉，未来还有很长的路要走，只要坚定地走下去，我们终将获得更多宝贵的财富。

面对挫折我们很可能变得失望，只要在失

望过后重新振作，定能踏出荆棘，走上平坦大道。但假若我们选择了绝望，那么未来将会变得遥不可及，甚至可能陷入泥潭从此一蹶不振。很多时候，一个人遭遇失败并非是因为外界因素，而是他选择了绝望，在内心里先放弃了。曾经有一个孩子，便是因此被“冻”死在冰箱里。

周末，一个小孩独自在家玩。他的爸妈去外婆家了，晚上不回家。他一个人觉得很无聊，于是喊来小伙伴一起玩捉迷藏。他捉到了他的小伙伴，现在轮到他藏，他的小伙伴找了。

他躲进了厨房，发现冰箱的门开着，原来冰箱坏掉了，妈妈取出了里面的东西，随后将冰箱门开着了。他灵机一动躲进了冰箱，把冰

箱门关了起来。果然，小伙伴找了半天都没找到，于是喊他的名字。他心里想，这肯定是小伙伴在骗他出去，于是没答应。小伙伴一个人无聊，于是回家去了。过了一会，他忽然想到自己在冰箱里，不出去就会被冻死的。于是他拼命地喊小伙伴的名字，可是他的小伙伴已经回家了，没人答应他。他越想越怕，蜷缩在冰箱里一个人哭泣。

当第二天他的父母回到家，在冰箱里找到他时，他已经被“冻”死了。实际上冰箱坏掉了，里面根本不冷。而且冰箱的门只要从里面推一下就开了，可是当时心里慌乱的他完全忘记了。他的心充满了绝望，没有了生的希望，让他活活被“冻”死了。

人在任何时候都不应该放弃信念和希望，

这是生命的根本。有很多人遭遇冰雪困境，因为心中充满了希望，所以最终战胜严寒活了下来。而故事中的那个小男孩心中只有绝望，才会在温暖的环境中被“冻”死。无论面对什么情况，我们都不应该自暴自弃。只要有希望，只要努力奋斗，就能获得光明和机会。黄山上的迎客松，扎根于几乎不可能生长的悬崖峭壁，历经风霜的打磨，才成就了傲人的英姿。它那伟岸沧桑的身躯，向世人昭示着信念和希望。

当身处逆境时，绝望让人走向无敌的深渊。只有永不绝望，我们才能忍受逆境的磨练，等待着机遇的到来，从而走出迷茫与低谷，到达豁然开朗的境地。自助者天助，只要我们没有放弃自己，那么命运也会垂青于我们的，眼前的困难终将过去，幸福会在未来到来。可能在逆境中，我们失去了工作，失去了

财富，甚至失去了健康，但我们决不能失去尊严、毅力、勇气和希望。这些优秀的品质是无价之宝，会帮助我们重塑自我，需要我们竭尽全力去保持。人生可能遭遇失望，但绝不能选择绝望。

史蒂芬·霍金是世界闻名的物理学家，凭借着在黑洞研究领域方面的卓越贡献，他在35岁时便被认为是20世纪最伟大的物理学家。他之所以成为当今世界科学界的传奇人物，并不仅仅因为他是一位杰出的理论物理学家，还在于他是在常人无法想象的身体状况下，进行研究和创造性工作的。他的故事充满了传奇色彩。

他在少年时得了一种极为罕见的病：肌肉萎缩性侧索硬化症。从此他的生活就陷入了无尽的痛苦之中。开始是手脚变得不灵活，而后

他的说话能力逐渐降低，后来他的呼吸都必须借助医疗器械完成，最终，他完全瘫痪了，没有语言能力，全身只剩下左手的两个手指能动。

庆幸的是，他的意识十分清醒，他的大脑一如既往地好用。然而由于失去了语言和书写能力，他无法同外界进行交流。如果不是眼睛可以眨动，仅有的两个手指能动，他简直会被当成是植物人，一种生不如死的感觉困扰着霍金。

然而霍金并没有绝望，他充满了活下去的勇气。人们为他设计了特殊的轮椅，上面安装了一个带有键盘的合成发生器，霍金用他那能动的两个手指，将自己想说的话一个字母一个字母地敲出来。

身体的瘫痪并没有使他放弃对物理学的兴趣。他凭着坚强的意志和惊人的毅力，在理论物理学研究中做出了巨大的贡献。他的成就让世人惊叹之余，也引起医学界的极大兴趣。因为根据现有记录，得这种怪病的患者在患病后，最长的生存期不会超过7年，而霍金却已活了20多年。而且从种种迹象上看，他的生命还将继续下去。他给世界医学界留下了一个难解之谜。

人的意志力具有无穷的力量，无坚不摧的意志能帮助一个人战胜很多看起来无法战胜的困难，创造出令人震惊的奇迹。具有坚强意志永不放弃的人，具有超越常人的忍耐力，这种忍耐力能让他们锲而不舍，永不绝望。一个人只要有这种可贵、卓越的品质，总会获得预期之外的收益，取得别人望尘莫及的成功。

在现实中，我们常常会被挫折打败，在挫折面前自暴自弃。因为绝望而放弃了奋斗，致使我们以前的努力也付诸流水。没有希望的人生没有活力，绝望的人生是通向失败之路。逆境之中往往隐藏着希望和力量，然而绝望的人因为目光都集中在失败上，没有精力去探寻和发现那些催人奋进的力量，从而导致失败。

天下熙熙，皆为利来，天下攘攘，皆为利往。大多数人都在追求财产、地位，认为这是最为重要的东西，实则不然，这些恰恰是最不重要的东西。对每个人来说，最重要的莫过于心中那永不言弃的意念。因为那种毫不计较得失、为了巨大希望而活下去的人，肯定会生出勇气，不害怕苦难，肯定会激发出巨大的激情，因而成为人生的胜利者。

绝望地面对困难，只能走向失败，因此我们要满怀希望地去迎接困难的挑战。一个竭尽全力、意志坚定去完成自己既定目标的人，最终会赢得命运的青睐，敌人的敬畏。成功的大门会为他而敞开。

选择自律，为成功护航

加强自律有助于磨砺心志，有助于良好品性的形成，对一个人的事业有着巨大的推动作用。

在我们的生活中，自强自立更多的被人提及，而自律却往往被人遗忘。其实自律也是非常重要的。一个没有自律的人，想要在人生的发展中一帆风顺几乎是不可能的。自律是做人必须遵循的一项原则。

每个人都是有欲望和需求的，这些欲望和需求为自我带来了前进的目标和动力，鼓舞着自己不断奋进，拥有更高的追求。然而如果不对欲望加以约束和克制，任由欲望自我膨胀，那么则会吞噬一个人的内心。自律，便是对自我的约束。学会约束自己，也许说起来很容易，但是真正做起来却绝非易事，因为不能做到自律而失败的人比比皆是。

在现实中，有很多人在贫穷的时候也许十分本分，从来不做出格的事情，更不必说违法犯罪了。然而当有一天他成为风云人物大权在握时，心中的欲望便会膨胀起来，难以把持自己。或是自己走向堕落，或是被别人拉下水，最终损人利己落得凄惨下场。不自律于个人是损害个人前途，于集体于国家而言，危害就更严重。

孔子曾经说过："己不正，无以正人。其身正，不令而行，其身不正，虽令不从"。这段话就指出了自律的重要性。一个人不自律，就无法要求别人做到自律，不自律的人发出的命令，别人也不会真心实意地遵从。一个国家的君主，一个部队的统帅，如果能够做到严于律己，那么他的臣民或者士兵们必然也会严格要求自己。而如果君王统帅自我要求十分薄弱，那么他们的手下也会格外地放纵。岳飞极为自律，所以他训练出的岳家军纵横沙场、无人能挡。而明神宗崇尚方术不理朝政，最终被奸人迷惑，明朝也逐渐衰败。

元代有一个叫许衡的大学者。小的时候许衡经常和村子里的小伙伴们一起玩，有一次一个小孩提议爬山，于是他们几个便高高兴兴地出发了。爬到半山腰，他们觉得口干舌燥，都

想喝水解渴。他们四处寻找，终于发现不远处有座小房子，他们都高兴地跑了过去，却发现房子是空的，废弃已久。这时，有一个小伙伴发现房子的后面有一棵梨树，上面结满了丰硕的果实。众人于是一拥而上，抢着摘梨吃，只有许衡站在原地不为所动。

有小伙伴觉得很好奇，于是问他：“许衡你怎么不吃啊？”许衡回答道：“不是自己的东西，怎么可以随便吃呢？”小伙伴们纷纷嘲笑他：“这梨又没有主人，不吃白不吃。”许衡的回答十分坚决：“梨子没有主人，难道自己的心中也没有主人吗？”许衡一口梨都没吃，忍着口渴回到了家。就是凭着这种严格的自律精神，许衡后来终于成为了千古留名的学者。

我们应该学会自律，并且时时刻刻反省自

己，这样我们才能早日取得成功。自律的人，会严格要求自己，让自己的各方面素质获得不断地提高，成功也会来得更快。加强自律有助于磨砺心志，有助于良好品性的形成，对一个人的事业有着巨大的推动作用。

自律通常有两种形式，一是强迫自己去做不愿意做却应该做的事情。比如冬天的早上很冷，闹铃响了，原本该起床洗漱去参加一个约会，你却依然想赖在温暖的被窝中不肯起床，当你终于说服自己起床走出家门赴约，就是一种自律的体现。另一种是强迫自己不做想做却不应该做的事情。比如很多人有赌博、酗酒等恶习，他们克制欲望不赌博不酗酒，就是另一种自律的体现。

自律往往与意志力有着紧密的关系，意志

力越强者，他的自律能力就越强，反之自律能力就较弱。每个人在生活中常常会遇到很多意外情况的干扰，或者在情绪上发生波动，保持意志的坚定是保持自律的必要条件。

莱斯是一名出色的美式足球运动员，他拥有着令人难以置信的体能，很多人都认为他简直是为这项运动而生的。但他能够取得令人赞叹的成就，更重要的却是因为他的自律。他每天都坚持高强度的训练，不断以更高标准要求自己。这就是为什么有天赋的足球运动员很多，而取得他这样成就的人却很少的缘故。

莱斯也曾试图偷懒，但幸运的是他最终做到了严格的自律。那是他在高中校队的时候，每天都会进行体能训练。教练规定以蛙跳的方式在一座小山丘之前做往返练习，20次之后才

能休息。当地的气候非常炎热，莱斯在完成了11次之后便打算放弃，他觉得太累了。当他准备偷偷溜回休息室的时候，他意识到了自己的错误。“不可以放弃，”他对自己说，“因为一旦养成了半途而废的习惯，你就会将它视为是正常的。”莱斯打消了偷懒的念头，接着完成了规定数量的训练。而从那天后，他再也没有半途而废。

成为职业球员后，莱斯依然坚持每天进行体能训练。很多人也曾和他一起训练，可是他们都因为觉得过于艰苦而放弃了。一年中足球联赛只持续几个月，可是莱斯却将它看作是一年365天的挑战。他的天赋确实过人，但是他的自律和刻苦努力让他超越了优秀，成为了一名传奇性的球员。

从莱斯的身上，我们可以看出自律对一个人的重要性，自律是每一个想要取得成功的人必须具备的品质。也许他有着过人的天赋，但如果没有自律精神，那些天赋将会白白溜走，毫无用处可言。不懂自律的人无法将自己的天赋和潜能完全地发挥出来，自律让一个人不断地提升自己，攀上新的高峰。

自律的培养是一个长期而艰苦的过程，而且只能通过行动慢慢培养，没有任何捷径可走。那些想通过读几本书、做几次检讨就拥有自律的想法是不切实际的。想要自律，必须主动去做，必须勇敢地面对来自各方面的挑战，即使是一件微不足道的小事，也不能放纵自己，否则很可能前功尽弃。

只要不断地坚持，时时提醒自己自律，慢

慢地我们便可以养成自律的习惯，我们的人格和智慧也会因此变得更加优秀，成功便指日可待。

敢于舍弃眼前的小利

只有放弃眼前的小利益，才能获得长远的大利益，要想成功就要学会放弃。

总有一些眼前的小利让人难以割舍，不仅是普通人，那些气度不凡的英雄人物也常常贪恋眼前小利。眼前利益近在咫尺，让人难以割舍，而且眼前利益容易蒙蔽一个人的眼睛，让他看不到未来的大利益。一个人只有舍得放弃眼前的小利益，才能在未来得到巨大的收获，成就一番大事业。然而古往今来，却很少有人能突破眼前利益这一关，这也许可以从一个侧

面解释为什么成功的人总是少数。

一个只把眼光放在眼前利益上的人，是无法成就大事的。有时候为了顾全大局，保护更大的利益，就必须放弃眼前较小的利益。这种放弃是为了更好的前进，是一种真正的智慧。

在一个小镇上居住着一位富翁，他取得的成就令人羡慕。一个青年人满怀崇敬之情来到了富翁的家，向他请教成功的秘诀。当富翁听青年讲完自己的来意后，他笑了笑让青年坐下。当时正值酷暑季节，富翁从厨房里拿出了一个西瓜招待青年人。令青年人好奇的是，富翁切西瓜的方法很特别，他把西瓜切成了大小不等的三块。

富翁将切好的西瓜摆在了青年人的面前说道："假如每块西瓜代表一定的利益，你会如何

选择呢？”“当然是选择最大的那块！”青年毫不犹豫地做出了回答。富翁笑了笑说：“那好，请用吧！”于是富翁把最大的那块西瓜递给了青年，自己却吃起了最小的那块。青年人正津津有味地吃着最大的那块西瓜的时候，富翁已经吃完了最小的那块。接着他很得意地拿起了剩下的那块，还故意在青年眼前晃了晃，然后又大口地吃了起来。

最终，富翁吃掉了两块西瓜，而青年人只吃掉了一块西瓜，实际上富翁吃掉的西瓜分量要比青年人吃掉的多。青年人恍然大悟：富翁开始吃的那块西瓜虽然没有自己吃的那块大，可是最后却比自己吃得多。如果每块西瓜代表一定程度的利益，那么富翁赢得的利益自然要比自己的多。

吃完西瓜之后，富翁擦了擦嘴，为年轻人讲述了自己的成功经历。他最后对青年人语重心长地说：“要想成功就要学会放弃，只有放弃眼前的小利益，才能获得长远的大利益，这就是我的成功之道。”

是啊，人生之中会遇到很多十字路口，需要我们做出选择。倘若我们只盯着眼前利益，那么我们在未来付出的代价会更多，主动放弃眼前利益而保全长远利益才是正确的选择。当我们在选择面前迷茫时，一定要保持理智和清醒，切不可被眼前的蝇头小利冲昏了头脑。要想有所作为，就不能贪图一时一事的小利。两弊相衡取其轻，两利相权取其重”，说的也便是这个道理。假使只为贪图那么一点蝇头小利而不注意其中所带来的大害，结果只能是得不偿失，是再傻不过的了。

也许有的时候我们会觉得眼前的利益便是最大的，便是最好的。等我们千辛万苦将整件事情做完，才发现原来我们付出的成本比想象中的更多。如果将同样的经历和时间去做别的事，虽然暂时的收益比较小，但是总的收益会大得多。如同富翁吃西瓜，虽然第一块吃的较小，但是他总共吃到的多。想要成就一番事业的人，必须得有战略眼光，要学会放弃。

成功人士之所以能取得成功，便是因为他们懂得事物发展是一个循序渐进的过程，他们能够耐得住性子，抵抗小利的诱惑。他们能够一步一步地、从小到多地积累，最终获得长远利益。很多时候，舍不得局部的或眼前的一些小利益，很可能就会使自己损失整体利益。有一些事情，表面上看来是获得、是胜利，但是从整体、长远看来却是损失，聪明的人不会被

此迷惑。

春秋时期，晋献公想要扩大自己的地盘和实力，就找借口说虢国经常侵犯晋国的边境，决定出兵讨伐虢国。可是在晋国和虢国之间隔着一个叫做虞国的国家，想要攻打虢国必须路过虞国。晋献公让手下的大臣们商议，如何才能借道虞国。大夫荀息献计，献给虞国国君价值连城的美玉和宝马之类作为借道的交换条件。晋献公有些舍不得，荀息于是解释道：“虞国和虢国是唇齿相依的近邻，灭掉了虢国，虞国也无法独存。您的宝马和美玉只是暂放在虞国罢了。”晋献公于是采纳了荀息的建议。目光短浅的虞国国君看到晋国呈现的宝物，顿时心花怒放。他不顾大臣们的劝阻，借路给了晋国。

晋献公于是率兵灭掉了虢国。在回来的路上，他又捉住了亲自前来迎接自己的虞国国君，把虞国也变成了自己的领地。果然如荀息所言，他的宝马和美玉只是在虞国那里暂存了一下而已。现在他不仅取回了自己的宝物，而且还额外得到了一个国家。这便是成语“唇亡齿寒”的来历，也是一个因为贪图小利误大事的典型。

一个人只有深谋远虑，才能从整体上分析和进行判断，顾全大局，舍小取大，才能做出正确的选择和决策。目光短浅的人，只看到眼前的小利，就容易招致灾祸。为了保全长远的大利，甚至需要作出牺牲，放弃眼前的小利。人生有得必有失，对于得失坦然待之，才是处世之道。

眼前利益往往是可怕的，如果不能拒绝它的糖衣炮弹的诱惑，很可能掉入陷阱之中。有时候，敢于放弃也是一种收获。保持平和的心态，持续地付出努力，将眼光放长远，我们一定能取得成功。

放弃与对手硬拼

实力是获得胜利的必要因素，智慧则让自己的实力更进一步。

在战场上常常发生以弱胜强的故事，在商场上也发生过小企业战胜大财团的例子。诚然，实力是获得胜利的必要因素，但是很多时候，适当地运用智慧将会取得意想不到的结果。

很多人也许自身拥有着不俗的实力，在竞争中喜欢和对手硬拼。有的时候他们可能凭借压倒性的优势取得竞争的胜利。大多时候，他们的胜利都来之不易，“杀敌一千，自损八百”，显得异常“悲壮”。更有甚者，只懂得使用蛮力，和对手硬拼，会被对手用智谋打败。而如果我们处于弱者的地位，那么必须放弃硬拼的想法，制订合理的计划和方案，才能应对激烈的竞争，取得最后的胜利。“田忌赛马”便为我们提供了一个这样的思路。

田忌是齐国的大将，很喜欢赛马，而他的君主齐威王也十分喜欢赛马，君臣之间常常以赛马取乐，而田忌则是屡战屡败。这天齐威王兴致来了，于是又和田忌比赛赛马，并且以很多黄金做为赌注。

他们决定三阵定胜负，于是各自选出了三匹好马进行比赛。比赛的时候，田忌的上马对齐威王的上马，结果田忌输了；田忌的中马对齐威王的中马，田忌又输了；田忌的下马对齐威王的下马，田忌还是输。这样连输三阵，齐威王赢走了所有的赌金。

比赛结束，田忌觉得很扫兴，于是起身准备离开赛马场。这时他忽然听见人群中有人在喊他的名字，他四处寻找，发现原来是自己的好朋友孙膑。孙膑招呼田忌过来，拍着他的肩膀说：“我刚才看了赛马，威王的马比你的马快不了多少呀。”孙膑还没有说完，田忌瞪了他一眼：“想不到你也来挖苦我！”孙膑连忙摆手：“不是挖苦你，我的意思是说，如果你同威王再比赛一次，你肯定能有办法赢。”

田忌听后很泄气："这已经是我最好的马了，没有跑得比它们还快的了。"孙膑胸有成竹地说道："不需要换马，只要听我的安排，我自然有办法让你赢。"

齐威王屡战屡胜，正在得意扬扬地夸耀自己马匹的时候，看见田忌陪着孙膑迎面走来，便站起来讥讽地说："怎么，莫非你还不服气？"田忌说："当然不服气，咱们再赛一次！"说着，"哗啦"一声，把一大堆银钱倒在桌子上，作为这次的赌注。齐威王一看田忌的架势，心中暗暗好笑，"这不是在白送给我钱嘛"。他于是吩咐手下将前几次赢的钱都拿了出来，而且又加上了一千两黄金。

齐威王的眼神中透露出不屑，他不相信田忌能赢自己。一声锣响，第一局的比赛开始

了。孙膑先以下等马对齐威王的上等马，结果输了。齐威王站起来说："想不到赫赫有名的孙膑先生，竟然想出这样拙劣的对策。"孙膑不去理他。接着进行第二场比赛。孙膑拿上等马对齐威王的中等马，赢下了第二局。齐威王开始有点心慌了。第三局比赛，孙膑拿中等马对齐威王的下等马，又战胜了一局。这下，齐威王目瞪口呆了。他会输，这是从来没有过的事情。田忌也没想到自己会赢，得意地拿走了赌金。

比赛的结果是三局两胜，当然是田忌赢了齐威王。还是同样的马匹，由于调换一下比赛的出场顺序，就得到转败为胜的结果。其实田忌的马和齐威王的马速度上相差并不是很多，田忌只知道和齐威王硬拼，于是每次比赛都以失败告终，虽然每次输掉的劣势都很小，但就

是无法获胜。田忌调整了策略，放弃了硬拼的想法，出其不意，虽然丢掉了一场比赛，却获得了比赛的最终胜利。

很多时候我们可能在竞争中处于劣势，我们应该学会从劣势出找出自己的比较优势，极力突出自己的长处，以己之长，攻敌之短，从而趋利避害，最终取得成功。任何想要成就一番事业的人都应该如此，不能处处都计较得失，不能处处都与对手硬拼，否则结果只能是得不偿失。放弃与对手硬拼，及时调整策略，优化资源配置，用自己的优势竞争力打击对手最薄弱的地方，才能取得看似不可能的胜利。

英国航空公司是一家老牌航空公司，在世界范围内都极具影响力。英国维珍航空则是一家后起之秀，名气规模等都不如英国航空公

司，因此营销业绩也不如对手。为了扭转在竞争中的不利局面，英国维珍航空采取了“田忌赛马”的对策。

英国航空公司的财力雄厚，头等舱的设施豪华，耗资昂贵。如果维珍航空同对手硬拼，将更多的资金投入到头等舱的设置，那么肯定是没有便宜可赚。维珍航空的策略出其不意，打破了航空业的惯例。他们取消了飞机上的头等舱，将以前用于头等舱的投资全部用于商务舱建设，提高了商务舱的设施配置和服务标准，使得他们的商务舱的档次大大高于英国航空公司的商务舱。此举不仅吸引了维珍航空本身的商务旅客，还将英国航空公司以及其他竞争对手的经济舱乘客吸引了过来，公司业绩猛增。

在获得成功的过程中，有着无数的坎坷，需要我们去跨越和征服，倘若我们不懂得放弃，一味地硬拼，只能给自己带来沉重的包袱，给自己带来失败和打击。孙膑在赛马中果断地放弃了第一阵，维珍航空放弃了与对手在头等舱的较量，所以他们都取得了极大的成功。

我们要学会放弃，不与对手硬拼，增强自己的实力，从各方面完善自己，让自己不断地成熟起来，强大起来，最终取得竞争的胜利，取得事业的成功，取得人生的辉煌。

敬业者方能成就事业

在某个时间段只集中精力做一件事，但要尽最大的努力把它做好。

敬业，就是说，要尊重自己的工作，工作时要投入自己的全部身心，甚至把它当成自己的私事，无论怎么付出都心甘情愿，并且能够善始善终。如果一个人能这样对待工作，那么一定有一种神奇的力量在支撑着他的内心，这就是我们现在所说的职业道德。在人类历史上，职业道德一贯为人们所重视，而在世界发展日新月异的今天，它更是一切想成就一番大业者不可或缺的重要条件。

在现代社会，商品竞争非常激烈，从某种角度上讲，一个人的敬业程度决定了其事业的成败。要为顾客提供优质的服务，要创造优秀的产品，就必须具备忠于职守的职业道德。遗憾的是，总是有那么一部分人，他们工作时游手好闲，偷工减料，借口满天飞，还一点都不知道悔改。也许，在他们的脑海中根本就没有

敬业这个词，更不会想到把职业当做一项神圣的使命。

当然，在现实生活中，你在工作中勤奋努力可能被老板忽视，但是，你的同事是清楚的，他们会因此而尊敬你；那些工作马虎，却能靠玩弄各种手段爬上领导岗位的人，虽然可以得到暂时的荣耀，但却必将遭到同事的轻视，也会因此而毁了自己的前程。投机取巧也许会使你一夜暴富，但也会让你付出惨重的代价，使你臭名昭著。而好的名誉是一个人走向成功的加速器，是笔巨大的无形资产。要赢得人们的尊重，首先要有基本的职业道德，要有敬业精神，否则，即使你有一流的工作能力，也会因为缺乏敬业精神而遭到社会的唾弃。

李素丽只是北京一名普通的公交车售票

员，她的工作十分普通，但她就是凭着超高的敬业精神，在平凡的岗位上做出了不平凡的业绩，成就了一番事业。

1981年，李素丽以12分之差高考落榜，到60路汽车当了售票员。她的父亲是一名公交司机，他在这个岗位上已经工作了几十年。在父亲的教育下，李素丽渐渐地爱上她的工作。每当她因为自己的优质服务赢得国内外乘客的称赞时，她都会感到自豪，深感自己的岗位不平凡。

“对内我代表首都，对外我代表中国。”对这句流行在首都窗口行业的话，李素丽有深刻体会。她常说，国内外乘客下了火车，接受北京的第一次服务，可能就是我这个售票员，服务的好坏直接关系到首都的声誉和中国的形

象。我一定要让他们从一开始就享受到北京人的热情服务。

“礼貌待客要热心，照顾乘客要细心，帮助乘客要诚心，热情服务要恒心。”这是李素丽为自己订的服务原则。

李素丽十几年如一日地坚持着自己的优质服务，始终坚持“为人民服务”，1996年，她被全国妇联授予“全国‘三八’红旗手”的称号。李素丽的敬业精神众口相传，北京的公交车上几乎没有不知道的。正是这种精神，让李素丽实现了人生的超越。

人们的尊敬将给你带来更多的自尊与自信。不要抱怨低微的职位和薪水，不要因为老板的忽视而丧失向上的勇气，只要勤奋肯干，不吝于投入时间和精力，那就一定可以寻找到

工作中的快乐，在工作中获得满足和自豪，并得到尊重。要永远保持必胜的信念，这样，你才能把工作做得异常出色。

有人曾问一位成功学家：“大学教育对年轻人的未来是否是必要的？”

这位成功学家的回答很值得我们思考：

“诚然，这是必要的。但就商业来说，这不是最关键的。在商业中，最重要的素质是敬业精神。在最需要培养忠于职守的工作精神时，许多年轻人却被他们的父母送进了大学校园，让他们在象牙塔中度过了人生中最快乐浪漫的时光。不幸的是，当他们学有所成，正当创业之时，却不能聚集精力投入工作，因而错过了许多成功的机遇。”

敬业精神最直接的表现是：干一行，爱一行，工作中一心一意，这样，才能在工作中脱颖而出。也许，目前你依旧处于困苦的环境之中，然而不要埋怨，不要怨天尤人，只要你努力工作，窘境很快就能摆脱，并在物质上得到满足。通往成功的唯一途径是艰苦的奋斗，这是被古今中外的无数成功者所证明了的。

有位成功人士说过："如果你具备了真正做好一枚别针的能力，那么，这要比你拥有生产粗糙蒸汽机的能力强得多。"

许多人不明白，为什么自己取得的成就竟然不如那些能力远不及自己的人？你如果对这个问题很困惑的话，不妨试着回答以下问题，或许答案就在里面：

你的前进方向有没有错误？

你是否非常了解工作中的每一个细节？

你有没有认真读过相关的书籍或资料，以提升你的工作效率，创造令你满意的财富？

如果你不能肯定地回答上面的问题，那说明阻碍你通向成功的关键就在这里；反之，不管做什么事情，如果你能一贯地遵循以上几点，那你一定可以在事业上取得成功。不过，如果你选择的道路方向不正确，就要当机立断，迅速改变，以免白费力气，做无用功。

曾有人向一位成功人士请教：“你为什么能完成这么多的工作？”这位成功人士是这样回答的：“因为我奉行这样的原则，在某个时间段只集中精力做一件事，但要尽最大的努力把它做好。”

对本职工作不了解，业务不熟练，但在失败后却反而责怪他人，抱怨社会，这是不应该的。你应该做的是，尽最大的努力精通业务，这实际上并不难，只要你持之以恒地积累。

那些对工作粗枝大叶、敷衍了事的人，一定缺乏把事情做好的恒心和毅力，这种人不懂得历练自己的个性，因此很可能永远都不能达到自己的目标。他们总是试图同时获得工作和享乐，却不明白，鱼和熊掌不能兼得，结果很可能是竹篮打水一场空，或者是捡了芝麻丢了西瓜。

实际上，获得严谨的做事风格和练达的处事智慧并不难，只要你工作时一丝不苟、心无旁骛就可以。它会使你从一般走向优秀，从优秀走向卓越。只要你能时刻将“敬业”视作一种

美德，时刻在工作中尽心尽力，你就能在工作中忘记辛劳，得到欢愉，长期坚持，就能获得成功，成就一番事业。

第八章 灵活社交——外圆内方游刃有余

社会是一个龙游鱼跃的渊潭，每个人是这其中的一员，在里面生存发展。任何人想要在这个激烈竞争的社会中立足，仅仅凭自己的力量单打独斗是远远不够的，必须有其他人相互扶持才行。拥有良好的交际网，是一个人取得成功的必要条件之一。在交际中如何选择？如何放弃？不仅体现着一个人的交际能力，更影响着他的生活。培养高超的社交艺术，是每个梦想成功的人所必须做的。

选择朋友就是选择人生

从某种意义上讲，你选择了什么样的朋友，便选择了什么样的人生。

“物以类聚，人以群分”，一个人的朋友，往往都是和他情趣相投的人。中国有句古话“近朱者赤，近墨者黑”，说的便是这个道理。在生活中，当我们想了解一个人时，也常常会把他的朋友圈作为一个重要的参考标准。法国科学家法拉利曾经说过：“如果你想了解你的朋友，可以通过一个与他交往的人去了解他。因为一个饮食有节制的人自然不会和一个酒鬼混在一起；一个举止优雅的人不会和一个粗鲁野蛮的人交往；一个洁身自好的人不会和一个荒淫放

荡的人做朋友。和一个堕落的人交往，表示自身品位极低，有邪恶倾向，并且必然会把自身的品格导向堕落。”

一个人选择什么样的朋友，对自己的生活行为等有着很大的影响，甚至对学识、情操、品德等也会产生巨大的影响。美国历史上最伟大的总统之一林肯曾经说过：“从某种意义上讲，你选择了什么样的朋友，便选择了什么样的人生。”由此可见一个人选择的朋友如何，对自己的影响之大。

三国霸主之一的刘备，原本只是一个以卖草鞋为生的小贩。一天，他正在城中走着，突然发现城墙上贴着皇榜。走上去一看，原来是朝廷招募英雄豪杰征讨黄巾军。刘备不禁一声长叹，感叹自己实力不足，恰好关羽和张飞也

在旁边看告示，三个人于是聊了起来，发现彼此甚是投缘，于是他们一起到张飞家的桃园中祭天结拜。这为刘备日后成就霸业拉开了序幕。

诸葛亮出山之前，生活在南阳的小村中。刘备听说诸葛亮有大德大才，于是礼贤下士，三次请诸葛亮出山辅佐自己，于是世间有了“三顾茅庐”的美谈。诸葛亮深为刘备的诚恳所动，为报答刘备的知遇之恩，成了刘备的军师乃至丞相。正是有了关羽、张飞、诸葛亮等这些忠肝义胆、文武兼备的朋友，刘备最终才成就巴蜀称王、三分天下的霸业。

每个人不管自觉不自觉，他们交朋友的时候总是有自己的标准。选择好的朋友，无疑是选择了一种良好的生活，也便是选择了成功。

我们常说的善交益友、乐交诤友、不交损友，也便是这个意思。品德高尚的人，历来受人推崇，也是人们愿意结交的对象。像唐太宗李世民，便有一位“诤友”魏征。这个朋友虽然只是个大臣，却常常惹太宗皇帝生气，不过唐太宗也知道魏征是为自己好，生气过后也还是按照他的建议改正自己的错误，提高自己的文韬武略，最终开创了“开元盛世”，在历史上写下了浓重的一笔。魏征死后，唐太宗知道自己失去了一个难得的朋友，不禁难过得大哭。

那些品德低劣的人，常常被人鄙视，却也有人把他们当“知心朋友”，而实际上，这只能算是一些“臭味相投”的“酒肉朋友”。如晋代富可敌国的石崇，整天喝酒作乐，身边聚集了一大堆“酒肉朋友”。他们终日吹捧石崇，实际上却是口是心非，只不过是为了从石崇那里获得一

点儿财富。而等石崇失势，他们便消失得一干二净，有的甚至对他落井下石。这种当面一套，背后一套，只看重利益的朋友，则是交友时要小心的。

我们在选择朋友的时候，应该选择那些优秀的人，高尚的人。与那些比自己聪明、优秀和经验丰富的人交往，我们或多或少会受到感染和鼓舞，增加生活阅历。我们可以根据他们的生活状况改进自己的生活状况，成为他们智慧的伴侣。

与优秀的人交往，就会从中汲取营养，使自己得到长足的发展；与品格高尚的人生活在一起，你会感到自己也在其中得到了升华，自己的心灵也被他们照亮。

在印度传教士马丁的成长经历中，他受到

了一个优秀的朋友的影响，最终让自己也变得优秀起来。

马丁天资愚钝，成绩很差，在老师看来他不适合接受大学教育。但是他的父亲为了让自己的儿子摆脱平庸的命运，最终还是将他送进了剑桥大学，在这里，他认识了一位在初级中学的伙伴。

从此以后，这位稍长的学生成了马丁的指导教师。马丁能够应付自己的学业，但是仍然容易激动，脾气暴躁，偶尔会发泄自己难以抑制的愤怒。但他这位年纪稍大的朋友却情绪稳定，富有耐心。他时时刻刻照顾、指导和劝勉自己这位易怒的同学。他不允许马丁结交邪恶的朋友，劝他认真学习。“这不是要得到别人的称赞，而是为了上帝的荣耀。”这位朋友的帮助

使马丁在学习上进步很快。在第二年圣诞节的考试中他名列年级第一名。

后来，马丁成了一位印度传教士，给了很多人以无私的帮助。

先贤孔子曾经说过："与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香。与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭。"墨子有更形象的比喻，他把择友比作染丝，"染于苍则苍，染于黄则黄，所入者变，其色亦变。五入必而已，则为五色。故染不可不慎也。"与高尚的人在一起，你也会感染上他的气质，让自己变得高尚起来。

当然，水至清则无鱼，人至察则无徒。对朋友也不能求全责备，自己本来就是不完美的，又怎么能苛求别人呢？如果人人都要求结交比自己有学问的人为友，那么到头来只能是

谁也没有朋友。正所谓“尺有所短，寸有所长”，朋友相交贵在有所补益。

真正的朋友是每个人一生的财富，我们要善于结交诤友。他们能以高度负责的态度，坦诚相见，对朋友的缺点、错误决不粉饰，敢于力陈其弊，促其改之。诚如古人说：“砥砺岂必多，一璧胜万珉。”意思是说，交朋友不在多，贵在交诤友。如果人们能结识几个诤友，那么前进的道路上，就会少走弯路，多出成果，事业发达。

拥有诤友是生命的幸运和福气，拥有诤友还是一面镜子，帮你认清自我。真正的朋友，应该是诤友，肝胆相照，直言不讳，取长补短，相得益彰；只有真正的朋友才会真诚关心你，为你的失误痛心；也只有真正的朋友才会

直言指出你的盲区和瑕疵，希望你快乐成功。

选择诚信作为自己的招牌

诚信是一条越走越宽的道路，不断延伸，通往成功的远方。

人无信不立，诚信是做人做事的根本。在我国历史上的诸子百家时代，儒家就提出了“仁、义、礼、智、信”的“五常”观点。“五常”贯穿于中国伦理发展的整个过程中，形成了中国价值体系最核心的因素，由此可见，“信”有多么的重要。一个遵守自己诺言的人，才能得到别人的信任，才能赢得别人对自己的尊重。这个道理虽然很简单，然而古往今来，却总是不乏失信之人。凭借一时的欺骗，耍一些小聪明，虽然可以取得暂时的利益，然

而时间久了，这种小伎俩被人识破之后，无信之人终将被大家所厌恶、疏远。

一个诚信的人，即便生活贫困，地位卑微，别人依然会对他礼貌有加，充满尊敬。而无信之人，即便位极人臣，也会众叛亲离，落得悲惨的下场。商鞅和周幽王的故事，便是历史上有名的两个例子。

春秋战国时期，秦国的商鞅在秦孝公的支持下主持变法。当时处于战争频繁、人心惶惶之际，为了树立威信，推进改革，商鞅下令在都城南门外立一根三丈长的木头，并当众许下诺言：谁能把这根木头搬到北门，赏金10金。围观的人不相信如此轻而易举的事能得到如此高的赏赐，结果没人肯出手一试。于是，商鞅将赏金提高到50金。重赏之下，必有勇夫。终

于有人站出来将木头扛到了北门。商鞅立即赏了他50金。商鞅这一举动，在百姓心中树立起了威信，而商鞅接下来的变法就很快在秦国推广开了。新法使秦国渐渐强盛，最终统一了六国。

颇具讽刺的是，就在商鞅“立木为信”的地方，400年前，却发生过一场令人啼笑皆非的“烽火戏诸侯”的闹剧。

周幽王有个宠妃叫褒姒，为博取她的一笑，周幽王下令在都城附近20多座烽火台上点起烽火——烽火是边关报警的信号，只有在外敌入侵需召诸侯来救援的时候才能点燃。结果诸侯们见到烽火，率领兵将们匆匆赶到，却发现这是君王为博妻一笑的花招便愤然离去。褒姒看到平日威仪赫赫的诸侯们手足无措的样

子，终于展颜一笑。五年后，西夷犬戎大举攻周，幽王烽火再燃而诸侯未到——因为谁也不愿再上当了。结果幽王被逼自刎而褒姒也被俘虏。

商鞅讲信用，得到了天下人的尊重和爱戴，终于在秦国树立了威望，使得自己的变法成功推行，助秦王建立不世功业，他诚信的美德也千古流传；周幽王烽火戏诸侯，民心尽失，终于落得国破家亡，被后世传为笑柄。倘若周幽王能重视诚信，那么必然不会落得个众叛亲离的下场了。

一个人只有以诚信为准则，才能抵挡生活中的各种诱惑，守住做人的底线。没有诚信的人，既不能兑现对别人的承诺，也不能诚实地对待自己，往往为了一点蝇头小利，便迷失了

自己，最终失去了宝贵的品质，也失去了宝贵的机会和财富。即便通过欺骗等手段暂时获取了一点利益，当别人发现他没有诚信时，这些财富也会离他而去。而有诚信的人，不会为眼前的利益放弃自己做人的原则，虽然可能暂时处于较为窘迫的境地，但只要勇敢地坚持着这种优良品质，总能走出困境，得到加倍的回报。

一个士兵，非常不善于长跑，所以在一次部队的越野赛中很快就远落人后，一个人孤零零地跑着。转过了几道弯，遇到了一个岔路口，一条路，标明是军官跑的；另一条路，标明是士兵跑的小径。他停顿了一下，虽然对做军官连越野赛都有便宜可占感到不满，但他仍然朝着士兵的小径跑去。没想到过了半个小时后到达终点，他却是名列第一。他感到不可思

议，自己从来没有取得过名次不说，连前50名也没有跑过。但是，主持赛跑的军官笑着恭喜他取得了比赛的胜利。

过了几个钟头后，大批人马到了，他们跑得筋疲力尽，看见他赢得了胜利，也觉得奇怪。但是突然大家醒悟过来，在岔路口诚实守信，是多么重要。

有时候，选择放弃诚信可能是通往前方的一个捷径，也许能带来眼前的利益，但从长远看来，他会失去更多。所谓“精诚所至，金石为开”，诚信是一个人的根本，诚信能感化万物，所以我们常说“心诚则灵”。

凡是心中有理想，并为之努力奋斗的人，都会重视诚信的力量。一个对自己诚信的人，才会拥有自信，才能取信于人。一个人只有诚

挚待人，做到光明坦荡，才能赢得他人的信赖和支持，为自己的事业和交际打下良好的基础。

诚信如同一块璞玉，可能开始看起来与普通石块无异，也许有人随手便将其丢弃。然而拥有诚信就如同拥有了一笔宝贵的财富，终有一天，它会为自己带来巨大的收益。而丢弃它的人，再想找回，悔之晚矣。诚信作为一种美德，需要从小培养，并不能以为小孩子不懂事，便随意向他们许诺，凡是许诺过的事情，当尽力做到。

曾参是孔子的得意门生之一，他博学多才，且十分注重修身养性，德行高尚。一次，他的妻子要到集市上办事，年幼的孩子吵着要去。曾参的妻子不愿意带孩子去，便对小孩说

让他在家玩，回来给他杀猪吃。孩子听了便高兴地在家玩耍。

曾参的妻子很快便忘记了此事，不料曾参却真的把家里的一头猪杀了。妻子看到曾参把猪杀了，就说，“我是为了让孩子安心地在家里玩，才说等赶集回来把猪杀了炖肉给他吃的，你怎么当真呢？”曾参说：“孩子是不能欺骗的。孩子年纪小，不懂世事，只得学习别人的样子，尤其是以父母作为生活的榜样。今天你欺骗了孩子，玷污了他的心灵，明天孩子就会欺骗你、欺骗别人；今天你在孩子面前言而无信，明天孩子就会不再信任你，你看这危害有多大呀。”

正是注重诚信，才让曾参拥有了极高的个人素养，在历史上留下了浓重的一笔。良好的

信誉，会给自己的行动带来意想不到的便利，拥有诚信的人也会拥有良好的亲和力。诚信是一座桥梁，让大家真心相待，互相支持。诚信能让一个人建立良好的人际关系，让人与人之间充满信任。诚信是一条越走越宽的道路，不断延伸，通往成功的远方。

给他人多一点赞美

想要别人做你想要他做的事情，最好的办法就是让他从主观上认为自己想做。

不同的场合，我们会遇到不同的人，他们的性格不同，爱好不同，能力不同，办事方法也不同。如果可以选择，大多数人都希望遇到和自己志同道合的人，那样社交活动也变得简单得多，不过在现实生活中，我们很少能遇到

真正与自己心意相通的人，大多数人的思想，与我们总是在某些方面存在着分歧。

于是，我们常常会听到这样的一些话语：

“这个人太清高了，总是一副目中无人的脸孔！”

“这个人太无能了，他简直不配呆在我的旁边！”

“这种孤僻的人让我怎么和他合作？我宁可一个人做这份工作！”

这种话语常常在我们的生活中被听到，甚至有时我们也发出这种言论。“金无足赤，人无完人。”生活、做人的道理我们都懂，然而当具体问题发生时，我们却常常犯以上的错误，要求别人尽善尽美，没有缺点和不足；当发现或

知晓别人身上的不足或缺点时，我们便开始过分苛责对方，甚至由于对对方身上一些无关紧要的方面看不顺眼，而拒绝与对方进行工作上或生活中的必要合作，将我们的人际关系搞得一团糟。

诚然，清高、孤僻等等这些都是缺点，但也许在别人身上有着我们所没有的能力和长处，这种能力才是对方的价值所在。所以，我们应该更多地去发现别人的优点，而不是对着别人吹毛求疵，一个劲儿地寻短。如果想要让自己的人际关系变得融洽和谐，我们还需要掌握一点，那就是学会适当地赞美他人。

真诚的赞美，正如沙漠中的甘泉一样让人的心灵受到滋润。以工作中的合作为例，为了不辜负你的赞美，受到赞扬的人会更加努力地

工作，从而激发他们自身的潜能，在工作上取得更大的成就，也让我们和他们的合作愉快而成功。

洛克菲勒曾经说过："要想充分发挥员工的才能，最有效的方法是赞美和鼓励。一个成功的领导者，应当学会如何真诚地去赞许人，诱导他们去工作。我总是深恶挑人的错，而从不吝惜说他人的好处。事实也证明，企业的任何一项成就，都是在被嘉奖的气氛下取得的。"

有一次，洛克菲勒的一个合作伙伴在南美的一宗生意中使公司蒙受了100万美元的损失。洛克菲勒不但没有责备他，反而说：你能保住投资的60%已是很不容易的事了。这令合作伙伴大为感动，在下一次的合作中，他获得了很大的利润，并挽回了上次的损失。

真诚地赞赏他人，是洛克菲勒取得成功的秘诀之一。赞美可以让人处于愉快的情绪状态中，可以强化人的行为。想要别人做你想要他做的事情，最好的办法就是让他从主观上认为自己想做。赞美则可以帮你做到这一点。用赞美的方法来解决问题，在教育中的作用体现得格外明显。

一位从事教育的官员报告说："我们决定以称赞别人来代替挑剔别人的过失。但当我们看到他们做的都是负面的事情时，这就非常不容易做到。要找些事情来称许，真的是很难。我们想办法去找他们值得赞美的事情，而他们以前所做的那些令人不高兴的事，真的不再发生了。接着，他们一些别的错处也消失了，他们开始照着我们的赞许去做。居然，竟出乎常规，他们乖得连我们也不敢相信。当然它并没

有一直持续下去。但总是比以前好得多了。”

“现在我们不必再像以前那样纠正他们。孩子们做对的事要比做错的要多得多。这些全都是赞美的功劳，即使赞美他最细微的进步，也比斥责他的过失要好得多。”

人人都渴望赞美，谁都不想是一座孤岛，孤独地漂泊在人际的海洋中。善于运用赞美的力量，它能使你掌握人际交往中真正的症结，大大增加感情存折的数字。

不过在实际中我们可能遇到很多不恰当的赞美，不仅没有起到应有的作用，反而让人觉得这是在曲意奉承，甚至是讽刺对方。虽然赞美出于好心，却让好事变成了坏事。因此，我们必须掌握赞美的技巧。

赞美应当简洁。说话太过累赘会让人听得太累，让人茫然甚至产生厌听情绪。而简洁的语言则让人愉快欢喜，便于使人接受。真诚的赞美不但会使被赞美者获得心理上的满足，还可以让你经常发现周围人的优点，从而让自己获得积极乐观的人生态度。因此，赞美要言简意赅、情真意切。

赞美要根据不同的对象，采取不同的赞美方式和口吻去适应对方。如对年轻人，语气上可稍带夸张；对德高望重的长者，语气上应带有尊重。另外，主动地向对方请教其实也是一种赞美的方法。要用心地去说，把重点放在他人而不是自己的身上，才能把赞美的效果发挥到极致。

赞美要表现出来。只有表现出来的赞美，

才可以让对方受到情绪上的感染，与批评要在私下相反，阳光下的赞美更让人接受和喜欢。

礼仪是连接友谊的“纽带”

“人之有礼，犹鱼之有水矣。”礼仪是连接友谊的“纽带”。

礼貌待人是我们中华民族的优良传统。中国曾有“君子不失足于人，不失色于人，不失口于人”的古训，意思是说，有道德、有修养的人待人应该彬彬有礼，态度不能粗暴傲慢，更不能出言不逊。

一个人的诚恳与善良往往是通过礼仪来显现出来的。所以说，毕恭毕敬的态度，得体的礼仪是赢得别人信赖的条件之一。礼貌是礼仪

的基本体现，而并不只是一种外在的表现形式，它是沟通人们相互之间友好感情的一道桥梁。如果人们能自觉地做到礼貌待人，不仅能使人与人之间的关系更加纯洁和美好，还可以无限提升自己的个人修养，使你看起来更有魅力。

心理学研究表明，人人都有交友和受到尊重、尊敬的强烈愿望。人们都渴望自立，成为家庭和社会中真正的一员，平等地同他人进行沟通。因此，如果你能以礼貌的态度与人沟通，对方会觉得受到了尊重，从而对你产生好感；相反，如果你自觉高人一等，居高临下、盛气凌人地与人沟通，对方会感到自尊受到了伤害而拒绝与你交往。

一天，美国著名企业“巨象”集团的花园，

来了一位四十多岁的妇女，还领着一个十几岁的小男孩。他们坐在一张椅子上，女人似乎很生气地在训斥着男孩，边说着，还边把一团用过的卫生纸随手丢在了旁边的灌木丛上。而灌木丛边，站着一位正在修剪灌木的老人。老人看到扔过来的纸团，又看了看正在训斥小男孩的妇人，什么也没说，默默地把纸团捡起来扔到了附近的垃圾箱里。没想到，只过了几分钟，中年妇女又拿出一张纸巾，擦了擦脸，又把纸团扔到草丛上。老人再次走过去，把纸团扔到了垃圾箱里。

看到这一幕，妇女非但没有悔意，还指着老人大声地对男孩说："你看，如果你再不好好学习，你将来就会和这老头一样，一辈子做这些卑贱的工作。"老人听了，放下手里的剪刀，来到女士的面前，仍然态度谦逊地问道："夫

人，请问您是这家公司的员工吗？这里是公司的私人花园，按理说只有员工才能进来。”女人一听老花匠竟然敢质疑自己的身份，傲慢地说：“我可是下属一家公司的部门经理，我就在这里工作！”说着，还拿出证件在老人面前晃了晃。老人沉默了一会儿，打了一个电话就回到灌木丛前继续自己的修剪工作。

几分钟后，一名男子匆匆赶过来，毕恭毕敬地站在老人面前，对老人说：“我这就按您的吩咐免去这位女士的职务。”老人没有回答来人的话，只是走到小男孩的面前，说：“孩子，这世界上最重要的，不是学会一身本领，而是要学会去尊重每一个人。”说完便转身离开了。

中年妇女看着自己的上司如此尊敬一个老花匠，愣在那里不知所措。赶来的男子对妇女

说：“你所鄙视的这位老人正是我们集团的总裁。而现在，你被开除了。”“什么？他竟然是总裁詹姆斯先生？”中年妇女难以置信地看着老人离开的方向，顿时呆在了那里。

这个故事说明只有真正学会有礼貌地对待他人，尊重身边的每一个人，才能得到他人的尊重，也可以使自己避免受到损失。

随着社会经济的不断发展，社会中的人际关系更是错综复杂，因此在社会中为人处世就变成了一个深邃而又敏感的话题。万事礼为先，每一个人都应该成为一个讲礼仪的人。

孔融（153~208年），鲁国人（今山东曲阜），是东汉末年著名的文学家，建安七子之一，他的文学创作深受魏文帝曹丕的推崇。据史书记载，孔融幼时不但非常聪明，而且还是

一个注重兄弟之礼、互助友爱的典型。

孔融四岁的时候，常常和哥哥一块儿吃梨。每次，孔融总是拿最小的一个梨子。有一次，爸爸看见了，问道：“你为什么总是拿小的而不拿大的呢？”孔融说：“我是弟弟，年龄最小，应该吃小的，大的还是让给哥哥吃吧！”

孔融小小年纪就懂得兄弟姐妹相互礼让、团结友爱的道理，使全家人都感到惊喜。从此，孔融让梨的故事也就流传千载，成为团结友爱的典范。

《诗经》上说：“谦谦君子，赐我百朋。”只有懂得礼仪的人才能获得更多的朋友。礼多人不怪，人们都将一个人是否彬彬有礼作为其社会地位和受教育程度的检验标准。很多时候，一件事情的成功往往取决于你对对方的

尊重。多礼能够体现一个人的素质修养。礼也是人为的，并不是与生俱来的，必须要用心去领会、去学习，逐渐养成一种习惯，它会帮助你顺利地打开人际交往的局面。

冷静沉着是最佳应对方案

强者控制自己的情绪，而弱者则让情绪控制自己。

在生活中，我们经常会看到别人争吵、打架，甚至发生流血冲突。而我们也常常因为很多不顺心的事情，心头“火冒三丈”，与别人发生不愉快，这些不快的导火索往往是一些不起眼的小事。比如早晨傍晚的上下班高峰期，公交车都会变得格外拥挤，常常有人没留神踩到别人，此时如果两个人不能相互谅解，一场口

舌大战便在所难免了。

人都有七情六欲，当遇到一些不开心的事情时，情绪难免变得激动起来，愤怒发火，更有甚者丧失理智。愤怒与发火，本是人的一种正常的本能和心理反应。然而如果放纵这种情绪，会让我们失去冷静与克制，做出冒失的事情来，到时候悔之晚矣。生活中，不可能总是一帆风顺，别人对我们也不可能总是笑脸相迎，人际矛盾处处可见，这就要求我们遇事要做到冷静沉着，控制好自己的情绪。

有这样一则故事，因为遇事不冷静，情绪失控的两个人都遭遇不幸。

法国西南部有一个叫做塔布的小城，马尔蒂是小城上的一名警察。一天晚上他身着便装来到市中心的一间烟草店门前。他准备到店里

买包香烟。这时店门外一个叫埃里克的流浪汉向他讨烟抽。马尔蒂说他正要去买烟。埃里克认为马尔蒂买了烟后会给他一支。

当马尔蒂出来时，喝了不少酒的流浪汉埃里克缠着他索要烟。马尔蒂不给，于是两人发生了口角。随着互相谩骂和嘲讽的升级，两人情绪逐渐激动。马尔蒂掏出了警官证和手铐，说："如果你不放老实点，我就给你一些颜色看。"埃里克反唇相讥："你这个混蛋警察，看你能把我怎么样？"在言语的刺激下，二人扭打成一团。旁边的人赶紧将两人分开，劝他们不要为一支香烟发那么大火。

被劝开后的流浪汉骂骂咧咧地向附近一条小路走去，他边走边喊："臭警察，有本事你来抓我呀！"失去理智、愤怒不已的马尔蒂拔出

枪，冲过去，朝埃里克连开四枪，埃里克倒在了血泊中……

平日里习惯了抓捕犯人的马尔蒂，生平第一次作为犯人进入了监狱，等候法庭的裁决。最终，法庭以“故意杀人罪”对他做出了服刑30年的判决。仅仅是为了一支香烟，两个人为此付出了惨重的代价，一个人丧失了生命，而另一个人则身陷囹圄。假如他们都能控制住自己的情绪，不逞口舌之快，那么也不会酿出这出惨剧。

强者控制自己的情绪，而弱者则让情绪控制自己。我们有时会受到别人的嘲笑或蔑视，不应该窘态毕露，恨不得地上能裂开缝让自己钻进去，而是要正视别人的话语。如果事实确实如对方所嘲笑的，那么我们应该勇敢地面对

这些缺点，然后逐渐完善自我，感谢对方为自己指出了不足，让自己不断进步。如果对方只是毫无事实根据地肆意凌辱，那么我们大可不必在意，放宽自己的心胸，这样更加彰显自己的气度和人格。

一个人要想成就一番事业，必须学会控制自己的情绪，做到凡事三思而后行，莽撞行事，只能给自己带来更多的麻烦。一个人只有冷静沉着，才能应对生活中的各种意外事件，处理好自己的人际关系。

汉朝开国元勋之一的张良出身贵族世家，家世煊赫，但后来败落。一天，他散步行至一座桥边，遇到了一个穿着粗布衣服的老人。老人走过张良身边，故意将鞋子掉到桥下，傲慢地对张良说：“小子，下去给我捡鞋！”张良听

后怒火中烧，但看到对方是个老年人，于是强压怒火为他把鞋子捡回。他没有想到，老人居然跷起了脚，让自己替他穿鞋。此时的张良简直想揍老人一顿，不过生活的磨难让他忍住了怒火，小心翼翼地为老人穿好了鞋。老人不但不谢他，反而大笑着离开，约他五日后在此相见。

五日后，张良按照约定的时间来到桥头，却不曾想老人故意早到了。老人骂张良不守时，约他五日后再相见。如此这般考验了张良三次，张良一次比一次去得早，老人认为张良确实“孺子可教”，最终传授了他《太公兵法》。张良此后日夜研习，终于辅佐刘邦夺得天下。

老人三番五次地考查张良，看到他身上有

一种沉着自制的修养，认为他能够担当大任，才将自己的兵法绝学传授与他。只有冷静沉着，拥有良好的个人修养的人，才能将复杂的人际关系处理得井井有条，将艰巨的任务尽职尽责地完成。

我们可能会遇到一些合作伙伴，他们听不得半点“逆耳之言”。当别人的话语对他们稍有不敬时，他们的反应都很强烈，极力为自己辩解甚至大发雷霆。他们想以此挽回自己失去的面子，却不想这样不仅不能赢得别人的尊重，反而会给别人留下一种很难相处的感觉。善于控制自己的情绪，在与他人相处时保持冷静沉着、虚心、随和的态度，将会让彼此的合作更加愉快。

当生活中发生意外事件时，如果我们鲁莽

行事，可能会让事情变得亲者痛仇者快。这个时候我们的最佳选择便是冷静沉着。面对突发事件，我们不要急于行动，而是要静下心来想一想，匆忙采取行动，越忙越容易出差错。而如果事先没有考虑周全，也可能发生南辕北辙的现象，白白浪费时间。

王蒙曾经说过：“在任何处境下保持从容、理性的风度。心存制约，遇事三思，留有余地。”遇事冲动，只能让事情变得更糟。只有学会冷静沉着，才能让我们在社会交往中变得游刃有余，在人际交往中赢得主动权。

善意的“谎言”也很美

善意的谎言并非与诚信相悖，它是信任、是理解、是宽容，更是一种力量。

我们常说诚信是做人的根本，是人际交往中必须遵守的原则。“精诚所至，金石为开”，诚信，是人与人交往的基础。然而实际生活中，遇到的事情可能错综复杂，我们往往不能太过死板，适当地变通一下可能会取得更好的效果。偶尔使用一些善意的“谎言”，反而比那些刻板的真诚更能让人心动。善意的“谎言”也是一种很美的交际方式。

也许有人会说，说谎是不好的。然而善意的“谎言”并非是一个人为了自己的私利而编造出的居心叵测的谎话，而是为了他人的幸福和希望而适度编造的谎话。这种谎言是信任、是理解、是宽容、更是一种力量，它没有丝毫的不纯洁，让人从心中燃起希望之火，让一个绝望的人重新充满动力。

曾经有一个电视节目，报道了这样一个感人至深的故事。

老妈妈得了严重的肾病，医生建议只有换肾才能保住她的性命。儿子听到医生的话，立刻站出来要求给妈妈捐肾。老人家心疼孩子，强烈反对换肾，还威胁他们说如果他捐肾她就自杀。无奈之下，大家只好四处发布信息，希望能找到各种条件都比较匹配的肾源。然而这谈何容易？眼看日子一天天地过去，老人家的身体也一天比一天差。为了不耽误妈妈的病情，儿子和家人商量后，让他们合伙骗过了妈妈，将自己的一个肾脏捐给了妈妈。

手术进行得很成功，儿子的病床就在妈妈的隔壁，但是妈妈却不知道。妈妈想见自己的儿子，家人就骗她说儿子有紧急公务出差了。

最后，终于大家都康复出院，妈妈才知道了事情的真相，不禁潸然泪下。

有谁又能指责儿子的“谎言”呢？更多的人是被这位儿子的孝心感动得流泪。这种善意的谎言，体现了人性中最真最善的那部分，让人钦佩，让人感叹。善意的“谎言”，让人找到更多笑对生活的理由，善意的谎言，让人变得坚强执著，让人战胜脆弱，绝处逢生。

小丽和小云是工友和室友，居住在一个宿舍中。小丽的家庭条件不好，从小父母离异，母亲对她也时常打骂，使得她的性格逐渐变得沉默寡言，不擅与人交往，一个知心的朋友都没有。一次小丽生病了，家人却对她置若罔闻，丝毫不给予关心和温暖。小丽难过极了，几乎对生活失去了信心。小云看在眼里，很为

小丽担心，她费尽心思安慰小丽，可是小丽的情绪却依然很低落。

一日，小云和男朋友出去玩，忽然灵机一动，想出了一个好办法。回去后她便让男友帮忙，以小丽同学的口吻给她写了一封信。信中写道：“其实我很久之前便对你有好感了，可是你却从来没有注意到我对你的在意。别人都说你悲观消沉，孤陋寡闻，可我就是喜欢你的文静，你知道吗？这才是女性的沉稳、温馨之美……只要你对生活充满信心，改变对生活的态度，你的眸子就会放射出光芒来……希望有一天，你会感觉到我的存在。”

小丽收到这封没有署名的来信，十分激动，读完之后露出了羞涩之态，也露出了一丝喜悦。有时候做梦她都在问：“你是谁？我怎么

不知道这个世界上还有人爱着我？”继而露出满面笑容。她的人生观发生了巨大的改变，她觉得世界是温暖的，她对生活也渐渐开始有了信心。她的工作越来越出色，几次被评为劳动模范，一个善良而能干的男人走进了她的生活，他们组成了一个幸福的小家庭。一番善意的“谎言”，让一个对生活失去信心的人获得了新生，重新感受到了世界的美好。

假若小云同小丽一起感慨惆怅，终日沉浸在悲伤之中，一定会饱受痛苦的煎熬，甚至影响到自己对生活的信心。而小云用一些善意的“谎言”，让自己的朋友从危机中走了出来，获得了幸福的生活。善意的“谎言”具有神奇的力量，它能鼓舞人一次又一次地努力，向着心中理想的目的地不断前行，未来的道路全部被照亮，生活因此而变得更美好。

善意的“谎言”可以帮助自己应付生活中的一些尴尬场面。有的时候，如果实话实说，可能会让彼此都十分难堪。恰当地说一些善意的“谎言”，能有效地缓解气氛，让大家都有一个台阶下。

曾经有一家旅馆招收一名男性职员，面试的过程很简洁，老板只问了一个问题：“假如你无意推开房门，看见女客一丝不挂在淋浴，恰好她也看见了你，这时你会怎么办？”

一共有三位应聘者，他们各自在答题卡上写下了自己的答案。

甲是这么写的：说声对不起，然后关门退出。

乙是这么写的：说声小姐对不起，然后关

门退出。

丙的回答则有些让人意外：说声先生对不起，然后关门退出。

最终的面试结果出来，丙被录用了，原因是他的回答比其他两人更加精妙机智。前面的两个人虽然说的都是实话，可是在那种局面下，这样的实话会让女客窘迫不已，十分尴尬。女客见到一名男服务员看见自己光着身子，心中肯定会不高兴，如果女客因此恼羞成怒，会对旅馆的形象造成不好的影响。

而丙称她为“先生”，她可能以为服务员并没有看到她是女的，大大地降低了尴尬的程度。男服务员这种故作糊涂的做法，让顾客减少了胡乱猜疑，让当时的局面得到了最妥善的解决，可谓是“一箭双雕”。

善意的“谎言”不仅无碍于诚信，还能极大地推进人与人之间的友谊和感情。生活中需要我们用善意的“谎言”的地方有很多，只要我们运用得当，就能让我们的交际活动更加多姿多彩。

多一个朋友多一条路

多一个朋友多一条路，多一个冤家多一堵墙。

如果有人问：“你有没有朋友？”很多人会对这个问题嗤之以鼻不屑回答，是啊，谁没有朋友呢？假如再问：“你有多少朋友？有几个知心朋友呢？”恐怕有人便会沉默了，想来想去，也只剩下几个还有联系的同学或者工作上的同事。

俗话说“在家靠父母，出门靠朋友”。现代社会形势瞬息万变，下一分钟我们会遇到什么情况很难预测，当生病、失恋、失业等人生的不幸降临到我们身边时，如果能有知心的朋友对我们伸出援手，雪中送炭，给予温暖的鼓励，那么我们心中便会感动不已，我们也会充满信心走出困境。“多一个朋友多一条路”，朋友多，路子就广，我们获得帮助的机会便会增加，我们获得成功的机会也会增加。

我们在阅读名人传记时，有意无意会发现这些成功人士大多有着深厚的“背景”，白手起家完全靠自己奋斗取得成功的人是少数。翻开那些政治界、金融界名人的家谱，他们家世煊赫，父母祖辈都系出名门，而他们的交际圈更是遍及全国的各个阶层，上有权贵，下有底商。这种雄厚的人际关系资本让普通人羡慕不

已。

也许有的人会因此认为，结交朋友广铺人际网是达官贵人的专利，其实不然，朋友是每个人都需要的。一个人如果想要突破现状有所成就，必须增加社会阅历，体味百态人生，从中寻找志同道合的朋友。只要我们主动地广结人缘，在我们周围就会有很多人等着我们去认识，有很多友谊等待着我们去发现和培养。

许多人在办事不顺利的时候会说：“如果我有足够的关系，这件事情就轻松了，我肯定能把它做得更加出色。”多个朋友多条路，我们的关系网越宽广，我们做起事情来就越方便。广泛有效的人际网能让我们成功应对工作和生活中的难题，取得事业和生活的成功。

李师傅下岗快一年了，如今他重新走上了

工作岗位。与以往不同的是，以前是他四处找工作，这次却是工作主动找到了他，这十分出乎他的意料。说起来，这还要得益于他在几年前结识的一个朋友。

两年前，王师傅的孩子考入了大学，不菲的学费让王师傅一家十分为难，他于是决定出租自己那位置不错的房子筹集学费。出租房子的时候，王师傅认识了一位租房中介公司的刘女士，他们的商谈十分愉快。王师傅出租了自己的房屋，全家搬到了一个相对偏远的地方居住，与中介公司和刘女士的联系也少了。

没想到因为经营不善，王师傅所在的工厂最终宣布破产，工厂被个人承包了，王师傅则下岗在家，他四处寻找打听，却一直没有找到合适的工作。一次王师傅路过以前的租房中

介，遇到了刘女士，两人于是聊了起来。刘女士说自己的公司因为规模扩大需要招一位办理产权手续的员工，希望王师傅能考虑一下。王师傅觉得自己和对方并不熟悉，仅仅因为出租房子打过几次交道，以为对方只是客气一下，口头上应付了一下便回家了。

没想到王师傅刚回到家，便接到了刘女士的电话，询问他能否第二天便去上班。刘女士说，办房产手续是一份很重要的工作，交给陌生人不放心，她觉得王师傅办事热心又细致，而且比较熟了，如果可能，希望他马上去上班。

第二天，王师傅赶到公司，成为刘女士手下的一名员工。随着公司规模的不断扩大，王师傅现在已经成为了一个地区的经理了。回想

起这个突如其来的机会，王师傅深有感触地说：“朋友多了路好走，这话一点不假啊。”

不经意间结识的一个朋友，为王师傅提供了一个再就业的机会，也为王师傅的人生提供了一种新的道路选择。王师傅因此实现了人生的突破，让生活变得更加美好。

也许很多时候我们结识的朋友无法立刻便派上用场，但这种交往就如同存款，总有一天我们会收到它的回报。人情对每一个人来说都是沉甸甸的，它让人有一种欣慰感，积压在心中无法释怀，一旦有了偿还的机会，便会毫不犹豫地还给对方，如同了却了一桩心愿。

钱钟书先生一生比较平和，没有太多为生活所累，不过抗日战争时期，他有一段时间也曾为钱所困。那个时候他困居于上海孤岛，正

在写《围城》一书。为了节省生活开支，他辞退了保姆，家中事务全由夫人杨绛操持。那个时候战火纷飞，他的学术文稿几乎无人问津，生活日渐窘迫。恰巧此时，导演黄佐临执导了杨绛的四幕喜剧《称心如意》和五幕喜剧《弄假成真》，并及时支付了稿酬，这才解了钱钟书一家的燃眉之急，帮他们渡过了难关。

多年之后，许多导演想要开拍钱先生的《围城》，却屡遭钱先生拒绝。而黄佐临导演之女黄蜀芹则幸运地得到了钱先生的同意，买到了《围城》的版权。原来黄蜀芹见钱先生的时候带着父亲的一封亲笔书信。钱钟书先生对于别人的恩情一直牢记在心，黄佐临抗战期间的帮助，他在四十多年后终于得以报答。

多一个朋友多一条路。黄佐临与钱钟书，

前者曾为后者提供了一条路，后者也为前者开了一扇门。我们要珍惜朋友，珍惜自己的每一条路。也许在日常生活中，朋友因为无意冒犯了你，此时我们大可不必耿耿于怀。如果我们一味地揪住朋友的错误不放，很可能让朋友觉得你过于小气，甚至葬送一段友谊。我们应该宽宏大量，努力培养自己的人际，巩固与朋友的关系，让自己的路更加宽广。

学会巧妙地说“不”

掌握拒绝的技巧对于提升人际关系是很重要的，如何说“不”也是一门学问。

在中国人的传统观念中，似乎总是认为不应该拒绝别人。也许这是受到传统的中庸观念的影响，也许这也与当今社会的从众心理有

关。不善于拒绝别人的人，事事满足别人的需求，这样固然在一方面有利于双方的交往，能够对人际关系起到一定的积极作用，但另一方面，则容易在生活中给自己戴上一个“面具”，使自己活得很累。不善于拒绝别人的人，有时候会因为帮别人做一些超出自己能力的事情，而让自己陷入为难的境地，影响自己的生活。也许他们也因此而难过后悔，希望自己能够改善这种状况，可是惯性让他们下一次依然无法拒绝别人，他们自责甚至自卑，丢失了自我。

掌握拒绝的技巧对于提升人际关系是很重要的。我们也常见一些人，他们拒绝别人的方式十分粗鲁，可能实际上他们限于自身的能力确实无法帮忙，可是他们的拒绝总让人心里疙疙瘩瘩，十分不痛快。考虑到现实情况，当自己确实力所不及，或者答应别人的请求将会过

分损害自身利益的时候，我们应该拒绝别人。如何在拒绝别人的同时保全对方的面子，顾及对方的情感，不影响双方的情绪，如何说“不”也是一门学问。

前美国总统罗斯福就是一位善于“拒绝”的高手。他曾在海军任职，掌握着不为外界熟知的秘密。一次，他的一个好朋友向他询问关于加勒比海附近的潜艇基地的事情，这属于军事机密，罗斯福知道自己决不能透露出去。只见他四处张望，看到没人后压低声音对朋友说道：“你能保守秘密么？”对方答道：“当然能。”罗斯福笑着说：“我也能。”朋友听后哈哈大笑，再也没有询问相关的事情。

如果这件事情发生在我们身上，可能我们会想，我们与朋友之间的关系那么好，如果对

他说这是军事机密不能告诉他，可能他会不高兴。而告诉了，则是泄露机密，影响巨大。罗斯福巧妙地拒绝，没有让朋友陷入尴尬的境地，让对方有一个合适的台阶可下，使得对方在心理上更加容易接受，朋友于是没有继续为难他。他既没有泄露军事机密，也没有伤害到朋友之间的友情。

很多时候，别人并不是因为我们拒绝了他们的要求而不高兴，而是他们觉得自己的面子受到了损害，心中产生了不满情绪，感觉有些“下不来台”。这就要求我们在拒绝别人的同时注意保全对方的面子，如果能让对方体面地接受我们的拒绝，那么结果可能就会大不相同。

三国时期有一个人叫华歆，他为人孝顺而

且富有才能，曹操听说之后，就请皇帝召他进京，准备重用他。听说他要到京城接受皇帝的召见，亲友们送给了他许多金银财物作为贺礼。华歆为人十分廉洁，他不想收受亲友们的馈赠，但他想如果当面谢绝礼物肯定会扫大家的兴，于是他暂时收下了所有礼物，不过他暗中在各份礼物上记下了送礼人的名字。

起程之际，华歆设宴款待诸位宾朋。酒宴即将结束之时，华歆站起来对朋友们说：“承蒙各位的好意馈赠，我原本不想拒绝。然而匹夫无罪，怀璧其罪，我此行去京城路途遥远，身带如此多的财物，大家想想看我是不是会有危险呢？”

大家明白华歆这是借故推脱，不想收礼物，但大家心中都十分敬佩华歆，他没有当面

拒收礼物，让自己面子上难堪。当华歆把礼物按照名字一一还给众人的时候，大家也就再没有为难他，各自带回了自己的礼物。

华歆只用了几句话，便退还了大家的礼物，既没有伤害大家的感情，还赢得了众人的钦佩，这都是他善于“拒绝”的结果。他没有坦言拒收朋友的礼物，而是找了一个对自己人身安全不利的理由，虽然朋友们知道他这是在故意推辞，但华歆委婉地保全了他们的面子，他们也便不以此为意了。

如何才能巧妙地拒绝别人呢？我们可以适当地运用一些技巧，请人代为转告就是一种很不错的方法。这种方法在我们不好当面拒绝别人的请求，或是自己亲口拒绝不合适的时候比较有效。比如你的一个朋友邀请你参加他的生

日宴会，而你也已经答应了他的请求。当你得知他同时还请了一个非常讨厌的人的时候，你想拒绝参加宴会，又担心朋友会因此不快，那么你便可以寻找一个你们共同的朋友，将你的礼物让他代为转交。你可以寻找一个不错的借口，让这个共同的朋友帮忙解释一下并代为转达自己不能到场的歉意。

尽量不要直接拒绝对方的请求，可以寻找一些合理的借口来推脱，即便这个借口带有欺骗的成分，只要不会伤害到别人，也不失为一种不错的选择。比如朋友请你吃饭，可能在席间，他会提出请你帮一些忙。你对此无能为力，可是毕竟吃了人家的饭，欠了人家的情。你可以适当地解释一下，“真抱歉，最近公司里人事调动比较频繁，我认识的人调到别的地方去了，恐怕帮不了你。”这样对方既明白了你拒

绝的意思，也不会觉得太尴尬。

直接地拒绝容易让对方误以为你不尊重他，伤害对方的自尊。有些时候，尽管我们无法满足对方的要求，但我们可以适当地提出其他解决方案，转移对方的注意力。比如周末，你的朋友想让你和他一起去玩电子游戏，你不喜欢去那种游乐场所，不妨建议他：“今天的天气这么好，我们去打篮球吧，锻炼一下。”这样你不仅巧妙地拒绝了对方，而且对方并不会觉得你是在拒绝他。

也许在某些情况下，你必须当面作出回应，直接地拒绝可能伤害对方，那么可以采取拖延的方式，让对方感觉到你在拒绝，从而主动打消他原本的想法。比如朋友说：“明天我们一起吃饭吧。”可是你不想欠朋友人情，想要拒

绝。如果直接说“我不想去”，朋友肯定很难堪，下不来台，你可以说“我最近有些忙，下次吧”，这样的效果会更好。

在日常的人际交往中，热情地帮助别人是应该的，不过我们也要量力而行，该拒绝时就拒绝。学会巧妙地拒绝，不让对方觉得尴尬和失望，这样即便是拒绝，对方也容易接受，对于改善我们的人际关系极为有益。

莫让拒绝变成一种伤害

拒绝别人时不要把话说绝，应该给别人以台阶下，以免对别人造成一种伤害。

每个人天生都有着一颗柔软的心，往往认为，拒绝别人的请求会表示对别人的漠不关

心、自私，甚至还担心被认为没有人情味儿。有时候，我们在心里对某一件事情是非常不情愿的，但由于不知道应该怎样拒绝别人，于是被迫同意别人的每个请求。到了最后没有办法实现自己的诺言时又不得不临时改变主意，或者在别人没有时间做其他计划的最后一秒钟，突然粗鲁地说“不”。这些都属于一种在处理人际关系时的失败，这种做法反而疏远了自己与他人的关系。其实，敢于拒绝别人，尤其是对自己不情愿的事情说“不”，这是处理人际关系时的一种重要品质。而学会委婉地拒绝别人的请求则是一种艺术，与此同时，你还可以赢得周围人对你的尊敬。

拒绝既然是对别人意愿或行为的一种间接的否定，那么就应该考虑不要把话说绝，应该给别人以台阶下。当别人提的要求使你心有余

而力不足时，可以委婉地说“这事不久以后就能解决”之类的话。但是，有的时候，面对一些勉为其难，有悖原则的要求，这个忙不能帮时，就该当机立断，马上拒绝，不要含含糊糊，态度暧昧。但这个时候，要避免态度生硬，说话难听。千万不要为了面子，当别人求助于自己时充好汉而答应了对方，到后来无能为力，一拖再拖，最后才说没办法。这时候不仅耽误了别人的事情，更把自己推向了尴尬的境地。

任何人都常常会收到来自别人的希望和要求，如果我们都能笑口常开地说“是”，那自然是不会得罪任何人的，反而还会赢得别人的好感。可是现实生活中，我们不可能每时每刻都说“是”，这样一来，就使许多人犯难了，因为有些要求是不合情理的，此时“不”字就不得不说出口了。只是这个“不”字要说得圆滑，要说

得有技巧，要说得含糊，这样对方既能明白你的立场，你也为他保留了“面子”，从而避免了对方心理上的挫折感。也就是说，说“不”不是永远都与生气、板着脸孔或咬着牙根息息相关的，我们完全可以运用一种技巧，面带和善的笑容去说“不”，让说“不”变得和说“好”一样的轻松、自在，且不伤害别人，这也是一种良好的风范和修养。

第一，你应该明白，拒绝并不代表着排斥，你是在拒绝请求，而不是在排斥一个人。通常人们都会明白，你有拒绝的权利，就像是他们有权利要求别人帮助。另外，拒绝别人非正常或过分的请求也是尊重自己的一种方式。

第二，要温和且坚定地说“不”。不论你现在说“不”的语气或态度如何，或者根本就难以

开口说“不”，从现在开始，你可以学习更有效、更温暖的方式。即使你身处困扰之中，仍要坚定地说“不”，并作出简单的回应。比如，你可以利用很直接的方式说“感谢您的青睐，但现在不方便”或“对不起，我不能帮忙”。

第三，多使用敬语。拒绝别人最好的办法，就是多用敬语，这样既能表现出对对方的格外尊重，又能在对方的心理上产生一种距离效应，使对方不好意思将要求和意愿提出来。或者当他人的问题很棘手甚至具有挑衅、侮辱的意味，不妨以静制动，一言不发，静观其变。这种拒绝所表达出的无可奉告之意，常常会产生极强的心理上的威慑力。

第四，引用名人名言、俗语或谚语。在拒绝别人的时候，引用名人名言、俗语或谚语等

来作答，以表明自己的意思，或佐证自己的观点。这样不仅可以增加话语的权威性与可信度，还可省去许多不必要的解释和说明。

汉光武帝刘秀的姐姐湖阳公主死去丈夫后，看中了朝中品貌兼优的宋弘。一次，刘秀召来宋弘，以言相探："俗话说，人地位高了，就改换自己结交的朋友；人富贵了，就改换自己的妻子，这是人之常情吗？"宋弘回答说："患难之交不可忘，糟糠之妻不下堂。"意思是说，人在生活贫困、地位低下时候的朋友不能忘记，最初的结发妻子不能让她离开身边。

宋弘自然深知刘秀问话之意，但他进退两难。应允吧，有悖自己的品格，也对不起贫贱相扶的妻子；含糊其辞吧，还会招来麻烦；直

言相告吧，既不得体，又有冒犯龙颜之患，所以他引用古语来“表态”，委婉而又直截了当地表明了自己的态度。

第五，适当解释拒绝对方的原因。既然是拒绝，就是有原因的，这些原因对方未必都清楚。在拒绝对方的同时，不妨将拒绝的理由及自己的难处一并陈述给对方，只要是真诚的，对方多半能予以理解和谅解。但是也不必刻意解释或道歉，一个冗长的解释往往会让人误以为是虚伪或借口。

第六，献可替否。比说“不”更困难的是拒绝错误的请求，并指出别人的错误所在。“献可替否”意思是建议可行的而替代不该做的。当对别人所托的错误之事不能帮忙时，还应在讲明道理之后，帮忙想一些其他办法作为可行之

道。

刘南和小壮是好朋友。这天，刘南来到小壮的单位，请求小壮帮他一个忙——为他的女朋友“报仇”。原来刘南的女朋友被办公室主任欺负了，刘南发誓要为她报仇，并买了一把锋利的弹簧刀，要“放倒”那小子，但考虑到办公室主任人高马大，自己对付不了，于是来请小壮帮忙。小壮听后，心中很明白，尽管办公室主任不是什么好人，理应教训他，但如果感情用事，真用刀子“放倒”了他，那一定是触犯法律、得不偿失的。因此，小壮通过各种各样的话语，从多个方面分析说服刘南打消了复仇的念头，并最终决定使用法律的武器维护权益。

不懂得拒绝会让你感到身心俱疲，也会让你感到莫名的烦躁。因此，不要等到自己的能

量将要耗尽之时才采取行动，如何拒绝但不伤害到别人的技巧我们是可以轻松掌握的。

处世可以认真，不能较真

在生活中，对于烦琐的事情，不能太较真，太较真了，就会斤斤计较，带着放大镜去看待别人的缺点，而看不到优点。

在日常生活中，无人不希望家庭和睦，夫妻恩爱、白头偕老。但我们看到有些夫妻却不是如此，他们经常发生摩擦，更有甚者可谓“大吵三六九，小吵天天有”。究其原因，很可能是某个家庭成员对于某些烦琐、细微的事太较真了。其实，家庭成员之间哪有什么原则、立场的大是大非问题，非要分出个对和错来，分出对错又有什么用呢？人们在单位、在社会上充

当着各种各样的角色，比如，恪尽职守的国家公务员、精明体面的商人，或是企业职工，但一回到家里，脱去西装革履、工作服，也就是脱掉了你所扮演的这一角色的“行头”，即社会对这一角色的规矩和种种要求、束缚，还原了你的本来面目。这时，你就该尽可能地享受天伦之乐。时时谨记，在家里，你是父母的儿子、儿女的父亲、妻子的丈夫，而不是那个制服或工作服撑起来的角色。假若你在家里还跟在社会上一样认真、一样循规蹈矩，每说一句话、每做一件事还要考虑对错、妥否，顾及影响、后果，掂量再三，那不仅可笑，也会让自己心力交瘁。

所以，处理家庭琐事宜采取“绥靖”政策。安抚为主，大事化小，小事化了。具体的做法是：作为丈夫一方，不管在外面的官职有多

大，都不要把各种做派挪到家里来，这里不是你的办公室，家里人也不是你的下属；在钱物方面要宽厚，如果是非原则问题，大可睁一只眼、闭一只眼，妻子略偏向于她自己的父母，是人之常情，你没有必要太较真了，这样才能更加赢得妻子的爱，显现出男子汉宽宏大量的风度。当然了，做妻子的不管在外面有什么不顺心的事，也不要把家庭当做“出气筒”。家庭应是和谐的，千万不要把它演变成充满火药味的战场。对丈夫不讲卫生等种种难以容忍的缺点，也应采取宽容的态度，切忌唠叨起来没完。记住，没有一个男人会喜欢一个“唠叨婆”，你“耐心”的唠叨只会让他更加不耐烦，凡事点到为止。总之，家庭是一个人最温暖的避风港湾，是一个人在奔波劳累后最渴望到达的那个地方，对于家庭琐事，要妥善而正确地处

理，何必太较真呢？

其实，不光家庭生活如此，做事和做人也不能太较真了。人做好了，事情自然也会做好。但是，怎样做人却是一门大学问，有的人用尽毕生精力也未必能洞明其全部内涵。但是，处世不能太较真却是其中一理，这正是有人活得潇洒，有人活得累的原因之所在。

做人固然不能玩世不恭，游戏人生，但也不能太较真，认死理。太认真了，就会对什么事情都看不惯，谁都容不下，把自己同社会隔绝开来。镜子很平，但在高倍放大镜下，就成了凹凸不平的山峦；肉眼看很干净的东西，拿到显微镜下，满目都是细菌。试想，如果我们带着放大镜、显微镜生活，恐怕连饭都不敢吃了；如果用放大镜去看他人的缺点，恐怕那人

就该天诛地灭了。

有位女士总抱怨她家附近副食店的女售货员态度不好，像谁欠了她什么似的，后来无意中知道了女售货员的遭遇：丈夫有外遇，母亲瘫痪在床，上中学的女儿经常患病，她每月只能开500元工资，住一间10平方米的平房……难怪她一天到晚愁眉不展。这位女士从此再不计较她的态度了，进而还想帮她一把，为她做些力所能及的事。

在公共场所遇到不顺心也是常有的事，此时，倘若没有冒犯到我们的人格，就应宽大为怀，不以为意，或以柔克刚，晓之以理。总之，不能和这位与你原本无仇无怨的人瞪着眼睛较劲。你骂我一句，我还你十句；你给我一拳，我恨不得给你十拳……这些都是不值得

的，也是没有修养的表现。

有位智者说：“大街上有人骂我，我连头都不回，我根本不想知道骂我的人是谁。因为人生如此短暂和宝贵，要做的事情太多，何必为这种令人不愉快的事情浪费时间呢？”这位先生的确修炼得颇有修养了，知道自己该干什么和不该干什么，知道什么事情应该认真，什么事情可以不屑一顾。想想也是，如果我们明确了哪些事情可以不较真，可以忽略不计，我们就能腾出更多的时间和精力，全力以赴认真地去做该做的事，成功的机会和希望就会大大增加。与此同时，由于我们变得宽宏大量，人们就会乐于同我们交往，我们的朋友就会越来越多。事业的成功伴随着社交的成功，应该是人生的一大幸事。

当自己的意见与他人存在分歧时，应该认真听取别人的意见，细细想想自己的理论是否也有不正确的地方，相形之下，也许就会发现自己思维的局限性。即便真的是别人错了，也要给人以时间去领会，更不必当面给别人难堪，因为这样做对你没有任何好处，还失去了一位朋友。

总之，生活中，别太较真，求大同存小异，有度量，能容人，你就会有许多朋友，且左右逢源，诸事遂愿。不过，真正做到不较真，也不是件简单的事。需要有良好的修养、善解人意的思维方法，多从对方的角度设身处地地考虑和处理问题，多一些体谅和理解，少一些苛责和强求。

无端猜疑要不得

无端猜疑，会让自己变得疑神疑鬼，越错越厉害。

生活中，常见很多人有很重的疑心，有时为了一点捕风捉影的事情便无端猜疑，结果害得周围的人见了他都躲着走，唯恐惹祸上身，将自己的人际关系搞得很僵。猜疑，就是无中生有地起疑心，对事对人不放心。无端猜疑，对于处理事情并没有用处，反而会让事情变得更加复杂；过重的疑心，不仅仅可能会对别人造成伤害，也危害自己。

常言道，防人之心不可无，但是一个人若是过分防备别人，动不动就无端猜疑，则是没有好处的。很多时候，别人对我们也许是好心，我们一味地猜疑，将这种好心当成了歹心，将别人的友善当成了恶意，曲解了事实，

反而影响了人际交往。“智子疑邻”便是这样的一个例子。

故事说的是我国古代宋国有一个富人，由于下雨的缘故，他家的院墙被毁坏了。他的儿子告诉他说，如果不修筑院墙，一定会有贼来偷东西。邻居看到他家墙坏了，于是也善意地提醒他要修理墙壁。有一天晚上他们家果然丢了很多财物，富人于是觉得自己的儿子非常聪明，却怀疑是邻居偷了自己的东西。

同样是善意的劝告，富人称赞自己的儿子聪明，却疑心邻居是窃贼。富人并没有尊重事实，而是凭着关系的亲疏和情感的远近作为判断是非的标准，这种主观臆测只能得出错误的结论，从而冤枉了好心的邻居。而仔细地反省一下，我们是否也犯过类似的错误呢？凭着先

入为主的印象便对一些事情做出了判断，而为了证明自己的结论，甚至无中生有，把一些毫无关系的因素拉过来做依据，生搬硬套，结果让自己越错越厉害。

正常的人际交往中，每个人都难免遇到磕磕绊绊，与别人之间产生一些小误会或者小矛盾。无端猜疑让自己在处理这些问题的时候很难保持公正的态度，结果让一些小小的问题变得愈发沉重，甚至无法妥善收场。无端猜忌，会为人际交往埋下巨大的隐患。

“疑人偷斧”说的也是这样的一个故事。有个人丢了斧头，怀疑自己的斧头被邻居家小孩偷走了，于是便暗中注意那个孩子。他观察那个孩子的神色，听那孩子说话的口气，都像偷了斧头的样子，总之在他看来，那个孩子的一

举一动都似乎在说明他偷了斧头。

过了几天，他在挖土坑的时候，找到了自己的斧头，才想起来原来他不小心把斧头落在土坑里了。此后他再看到邻居家的孩子时，发现那个小孩的一举一动都不像偷了东西的样子了。

无端猜忌不仅害人，而且害己。“杯弓蛇影”便是一个很好的例子。晋人乐广和他的一个朋友很久不见了，有一次两人偶然相遇聊了起来，乐广才知道他的朋友生病了。他的朋友说上次在乐广家喝酒时，看到杯子里有一条小蛇在晃动，不过碍于情面，他还是将酒喝下去了，此后心头便如同积了一块大石头，大病一场。

乐广想了一下，于是便跟朋友解释道，杯

子中没有蛇，可能是墙上挂的弓的倒影。于是他们又一起到乐广家喝酒，将墙上的弓取下后，朋友酒杯中果然没有“蛇”了。他的朋友于是心情极为舒畅，心中踏实了，病也好了。一个人疑心太重，只能是庸人自扰，自讨苦吃。

每个人都有多疑的时候，疑心是人在社会生活中保护自己和预防性保护自己的正常心理活动，但如果疑心过重、过于敏感，那么就是不正常的了。很多人不仅对外界事物敏感多疑，对自己也充满了猜疑。有的人性格不开朗、斤斤计较，造成了性格的不完善。他们常常把周围环境中跟自己毫无关系的事物牵扯到自己的身上，像看到别人吐痰，就认为是在瞧不起自己；听到他人在交谈中说到自己的姓名，就认定是在谈论，甚至讥讽谩骂自己。一个人如果长时间处于这种状态，很容易引发健

康问题，就如同“杯弓蛇影”中的那个人，因为心病而引发身体上的疾病。疑心过重，过分防备别人，对自己没有任何好处可言。

我国古代的名医华佗曾经说过，多疑也是病。多疑是一种心理疾病，多疑的人朋友往往很少，因为他们心胸狭隘、斤斤计较，别人很难与他们相处。而且多疑的人意志薄弱，没有主见，容易受到别人的影响，怀疑一切，甚至因此滋生许多事端，无端地给自己或他人带来麻烦，虽然事后他们也可能后悔，却于事无补。多疑，是身心健康的大敌。

想要去除多疑带来的不良影响，应该从加强自身思想道德修养做起，让自己的心胸开阔，遇事看得开，不要死钻牛角尖。凡事多为他人着想，保持平淡的心态，不要为了一些蝇

头小利患得患失。多点宽容，多点仁爱，多和外界交往，让自己的胸襟和眼界都不断开阔。

拒绝猜疑，自己应该注重自己的心理健康。遇到事情不要总是一个人憋在心里，多和家人朋友交流沟通，学会缓解自己的压力，将自己的困难和疑惑说出来，让大家一起出谋划策，帮助自己。这样不仅减轻了自己的心理负担，也促进了自己和家人朋友之间的关系和睦。

大家应该从自身注重多疑的影响，认识到多疑的根源在于自身，只有不断地战胜自我，才能消除心理多疑。一个人只有胸怀坦荡，才能战胜自己的狭隘；只有用理智处事，才能战胜自己的偏激；只有宽以待人，才能战胜自己的浅陋；只有获得友谊，才能让自己不再孤

单。一个人只有不断提升自我、超越自我，才能让自己的人生变得更加美好、顺畅。

抛掉“哥们儿义气”，结交“铁哥们儿”

友谊需要理解和支持做基础，但这种支持也是有原则的，它维护的是正当利益。

我们中国人一直将“义”看得很重，将“仁义”视为做人的根本。“君子喻于义，小人喻于利”，在孔孟等先贤之道的阐述中，“义”是指一种道德范畴，是公正、合理而应该做的。在生活中，很多人将古人所说的“义”简单地理解为“讲义气”，并将此作为衡量朋友的标准，认为只有“讲义气”的人才是真朋友。这实际上是人际交往的一个误区，“哥们儿义气”并不能等同于友谊。

每个人都需要友谊，渴望友谊，但是决不能将“哥们儿义气”当做友谊，二者之间有着本质区别。友谊是一种人与人之间的真挚情感，是一种高尚情操，它让你赢得朋友，获得良好的交际。当你拥有快乐的时候，朋友会和你一起分享，让你的喜悦加倍；当你遭遇困难时，朋友会热情地对你伸出援助之手，帮你渡过难关；当你有了烦恼的时候，朋友会耐心倾听任你肆意发泄；当你犯了错误的时候，朋友会义无反顾地给你指出，帮你走出迷途。

友谊需要理解和支持做基础，但这种支持也是有原则的，它维护的是正当利益。讲“哥们儿义气”的人，往往会不负责任地迎合朋友的不正当需要，有时甚至会不辨是非、不顾后果地“为朋友两肋插刀”，这不是真正的友谊，也够不上真正的“义”。

山东电视台有一档叫做《道德与法制》的栏目，曾经报道过一个令人叹息的故事。某高中的一个高三学生高考结束，正在家中等通知。可能是高考之后很多学生如释重负，自我约束也不如在学校。他的一个很好的朋友在外面打球时与别人发生了口角，并打了起来。对方身强体壮，他的朋友吃了亏，被人打了。他知道后便觉得哥们之间义气最重要，不能看着朋友被欺负，他二话没说，拿起水果刀便去找对方报复。

他已经被义气冲昏了头脑，失去了理智，见到对方便一刀捅向了那人的胸口，对方当时便重伤，未及送到医院便不治身亡。他也被警察带走，等待法庭的判决。高考通知书下来了，他以优异的成绩考上了某著名的医科大学，然而此时法院的判决书也下来了，他以故

意杀人罪被判处无期徒刑。原本一个前途无量的优秀青年，就因为“哥们义气”的一时冲动，酿成了这出悲剧。

类似于这个高中生的这种“哥们义气”是一种非理智的行为，是一种盲从和无知。很多年轻人受到影视或文学作品中“江湖义气”的影响，以“侠义”标榜自己，为了所谓的“朋友”混淆黑白，做出危害他人、危害社会的行为。

社会经济在不断发展，很多人不惜为了金钱地位等物质利益做出损人利己、伤害友情的事情。而朋友的价值也被不断地污染，大家愈发地想找到一个知心朋友，找到一个“铁哥们”。一个人若是有几个真正的“铁哥们”，而非只知道“江湖义气”的狐朋狗友，那么他的生活中必定充满阳光和乐趣。

“铁哥们”之间有着朋友的心心相通，而战友、同学、从小一起长大的玩伴更容易成为“铁哥们”。这是因为大家的利益冲突较小，可以肆无忌惮地表现自己的兴趣和感情，更容易真心以对。久而久之，彼此间的牵挂增多，成为惺惺相惜的“铁哥们”。

有真正的“铁哥们”是幸福的，而这种来之不易的友谊更要悉心呵护。也许我们曾经以为会一直开心到老，却因为一些莫名的烦恼而各奔东西。每个人都在长大，面临着社会、家庭、工作的压力，或是忽略了朋友，或是产生了利益冲突，最终让一段美好的友情付诸流水。

为了保持这些友谊，我们最好不要同“铁哥们”一起共事。朋友之间保持着合适的距离，大

家可以彼此关心，彼此支持，但是如果双方涉及到利益的分配，很容易因为分配不均或意见相左而发生冲突。以两个合伙开公司的“铁哥们”为例，或许两个人可以平均出资，可以平均分配收益，共同承担风险，但在管理中可能就不是这么简单了。两个人之间在平时意气相投、直来直去，但公司里总会有上下级之分，总会有一个谁领导谁的问题。当对一些业务持有不同的对策和思路时，两个人谁说话更有分量则很关键，可能双方有时会有意做出退让，然而总有不愿让步的时候，时间久了两个人很容易产生摩擦和隔阂。等到最后可能钱没有赚到，朋友也做不成了。

有一个人到外地去旅行，途经一个“铁哥们”的家。那个朋友于是同他一起旅行。他们原本是聊得很投机的朋友，双方互相仰慕对方的

见解和学识，引为知己。然而经过这次旅行，他们的友谊却大打折扣。原来他们原先的友谊局限于精神上的交流，双方关系十分融洽，可是共同旅行的过程中，他们发现彼此身上都存在着自己不能容忍的缺点，如卫生习惯，花钱的方式等，双方都感到很失望。

“铁哥们”之间共事很容易进入一种尴尬的境地。如果大家的素质都很高，可能大家觉得在一起会有更强的竞争力，然而却因为谁也不服谁而出现“窝里斗”的局面；而如果大家的素质普遍较低，那么大家一起共事可能是将彼此的缺点全部暴露出来，反而影响事情的发展。事实证明，“铁哥们”之间不宜共事。

一个拥有“铁哥们”的人，往往是为了能够更好地生存，更好地成就事业。一个人想要做

出一番成就，必须有几个得力的助手，但这个助手最好不要是“铁哥们”。三国的曹操，为人狡猾多疑，几乎没有“铁哥们”帮他。但他用人有方，规避了朋友间可能造成的不愉快，成就了一番功业，别人只能望其项背。

“铁哥们”更像是一种精神上的支持，存在于心中，而不是为了追求现实生活中的物质回报。当我们拥有真正的“铁哥们”、真正的友谊的时候，无论遭遇什么挫折，我们都会充满信心，勇往直前。

第九章 幸福家庭——营造温馨的避风港湾

家是一个感情的港湾，家是一个灵魂的栖息地，家是一个精神的乐园。家是我们一生的起点，家是我们最深的梦乡。然而，家可能成为一个人温馨的避风港，也可能成为一个人饱受折磨的伤心地。在建立美满家庭的过程中，每个人都面临着许多取舍，面临着许多困难。只有合理协调自己与家人的关系，合理协调事业与家庭的关系，才能让自己体味到家庭的幸福温馨。

家和方能万事兴

谦让是通向幸福的钥匙。

家，是人生的安乐窝；家，是人生的避风港。一个家庭想要“家和万事兴”，家庭里的成员必须要能相互了解、相互体谅、相互尊重、相互包容。谦让，能让家庭和睦；谦让，使全家相安无事。

有一老翁，有子媳各三，但一家相处融洽，终年不见狼烟。一日闲聊时，老翁谈起与媳妇的相处之道。他举例说，一次大媳妇煮点心，先盛一碗给他，并半征询半内疚道：“刚才我好像放多了盐，不知您会不会觉得咸了点？”阿翁吃了一口，即答：“不会！不会！恰

到好处呢！”此后的一次，三媳妇煮点心时也给他送去一碗，说：“我一向吃得较为清淡，不知您口感如何？”阿翁喝了一口汤，忙答：“很好很好，正合我的口味。”结果自然是皆大欢喜。

谦让是通向幸福的钥匙。家庭中的矛盾、分歧很少有原则性的分歧。这时能以“忍”字为先，表示谦让，矛盾也就烟消云散了。不然的话，就会激化矛盾。其实，是咸是淡，好吃难吃，都不重要，重要的是人与人相处时那种和乐的气氛。请看下面的故事：

李太太把满满一桌饭菜凉了又热，热了又凉，那可全都是李先生爱吃的。然而李先生早忘了今天是他们结婚5周年的纪念日，而迟迟在外不归。

终于，李太太听到了钥匙的开门声，这时

愤怒的李太太真想跳起来把李先生推出去。李先生的全部兴奋点都在今晚的足球赛上，那精彩的临门一脚仿佛是他射进的一般。李太太真想在李先生眉飞色舞的脸上打一拳，然而一个声音告诫她：“别这样，亲爱的，再忍耐两分钟。”

两分钟以后的李太太，怒气不觉降了许多。“丈夫本来就是那种粗心大意的男人，况且这场球赛又是他盼望已久的。”她不停地安慰自己，尔后起身又把饭菜重新热了一遍，并斟上两杯红葡萄酒。兴奋依然的李先生惊喜地望着丰盛的饭桌：“亲爱的，这是为什么？”“因为今天是我们的结婚纪念日。”

愣了片刻的李先生抱住李太太：“宝贝，真对不起，今晚我不该去看球。”

李太太笑了，她暗自庆幸几分钟前自己压住了火气，没大发雷霆。

试想，如果家庭成员之间因磕磕碰碰、丁丁点点的小事，不知忍让，不去克制，便火爆地发脾气，耍野性，这个家庭还有什么和谐幸福可言呢？我们每个家庭当中，夫妻吵架，都是因为这些提不起来的事引起的。你细细想一下，是不是应该像李太太那样忍耐两分钟呢？

除了谦让和忍耐，作为家中的父母或公婆，对儿子媳妇、女儿女婿的若干私事，少管少问，睁一只眼闭一只眼，这也是保持家庭和睦的一大秘诀。换位思考一下，做儿女的，也不应该什么事情都太过较真。

唐代宗时，郭子仪在扫平安史之乱中战功显赫，成为复兴唐室的元勋。因此唐代宗十分

敬重他，并且将女儿升平公主嫁给郭子仪的儿子郭暧为妻。这小两口都自恃有老子做后台，互相不服软，因此免不了口角。

有一天，小两口因为一点小事拌起嘴来，郭暧看见妻子摆出一副臭架子，根本不把他这个丈夫放在眼里，愤懑不平地说：

“你有什么了不起的，就仗着你老子是皇上！实话告诉你吧，你爸爸的江山是我父亲打败了安禄山才保全的，我父亲因为瞧不起皇帝的宝座，所以才没当这个皇帝。”

在封建社会，皇帝唯我独尊，任何人想当皇帝，就可能遭满门抄斩的大祸。升平公主听到郭暧敢出此狂言，感到一下子找到了出气的机会和把柄，立刻奔回宫中，向唐代宗汇报了丈夫刚才这番图谋造反的话。她满以为，父皇

会因此重惩郭暧，替她出口气。

唐代宗听完女儿的汇报，不动声色地说：“你是个孩子，有许多事你还不懂得。我告诉你吧，你丈夫说的都是实情。天下是你公公郭子仪保全下来的，如果你公公想当皇帝，早就当上了，天下也早就不是咱李家所有了。”并且对女儿劝慰一番，叫女儿不要抓住丈夫的一句话，乱扣“谋反”的大帽子，小两口要和和气气地过日子。在父皇的耐心劝解下，公主消了气，自动回到了郭家。

这件事很快被郭子仪听到了，可把他吓坏了。他觉得，小两口打架不要紧，儿子口出狂言，迹近谋反，这着实叫他恼火万分。郭子仪即刻令人把郭暧捆绑起来，并迅速到宫中面见皇上，要求皇上严厉治罪。

可是，唐代宗却和颜悦色，一点儿也没有怪罪的意思，还劝慰说：“小两口吵嘴，话说得过分点，咱们当老人的不要认真了，不是有句俗话吗：‘不痴不聋，不为家翁’，儿女们在闺房里讲的话，怎好当起真来？咱们做老人的听了，就把自己当成聋子和傻子，装做没听见就行了。”

听到老亲家这番合情入理的话，郭子仪的心里就像一块石头落了地，顿时感到轻松，眼见得一场大祸化作了小事。

小两口关起门来吵嘴，在气头上，可能什么激烈的言辞都会冒出来。如果句句较真，就将家无宁日。杀人不过头点地，自己又能得到什么好处？唐代宗用“老人应当装聋作哑”，来对待小夫妻吵嘴，不因女婿讲了一句近似谋反

的话而无限上纲、大动杀机，而是化灾祸为欢乐，使小两口重归于好，他的这笔利弊得失的账算得很明白。

俗话说“清官难断家务事”，我们应该对家里一些琐事不要太较真，否则会影响到家庭的“和谐”。家庭中即使有些矛盾，也大可不必用“阶级斗争”的眼光来看待，分出个对和错来，又有什么用呢？

生活中需要理解和宽容

给予自己所爱的人理解和宽容，生活会从此变得不同。

生活中，有谁不期待有一份至死不渝的爱情？又有谁不想固守一段海枯石烂的婚姻？就

像柏拉图所说的那样："人来到世上就是为了寻找另一半。"寻找另一半的过程，也就是寻找爱情的过程。爱情就像一杯咖啡，有甜的也有苦的，关键要看你是如何调和的。爱情需要两个人一起努力，爱情需要彼此理解和宽容，这样的爱情才能走得更远！等一起携手步入了婚姻的殿堂以后更是如此，少了恋爱时的激情和浪漫，你需要天天面对柴米油盐酱醋茶的烦琐，或者掰着手指计算每一分钱的用处，稍有不顺心和不如意，唠叨、抱怨、争吵就会在心底滋生、蔓延。正如"相爱容易相处难"啊！

其实，磕磕绊绊、吵吵闹闹在家庭生活中实属正常，当伤心沮丧的情绪过后，如果退一步，想一下对方的好，少一点抱怨，多一点理解；少一点责备，多一点宽容，会不会是另一番天地呢？在他（她）拉着脸不高兴时，想着

也许是工作上不顺心，也许是生活上压力太大，也许是心情不好，默默送上一杯茶和你温馨的笑容，让他（她）感觉外面再大的风浪，回到家就如同小船驶进了港湾般静谧和温暖，这难道不是更明智的一种做法吗？

爱是一种奉献，是一种不图回报的付出，给予自己所爱的人理解和宽容，允许自己所爱的人有属于自己的空间，你会发现，生活会有所不同。

有一次，一位新婚不久的丈夫邀了几个哥们儿一起来家里打牌。男人打牌，总离不开香烟的陪伴。可是直到牌局散场，他们才发现，不知不觉中已经抽了三盒烟。妻子也一直在旁边陪着。但是，她竟然什么也没说。只是在这群男人不注意的时候，打开了窗子，让新鲜的

空气进来。丈夫的朋友都觉得很奇怪。“你怎么就不管管他和我们这么抽烟？”其中的一个人不禁问道。

这位妻子微微一笑，说：“我也知道抽烟有害身体健康，但是，如果抽烟能让他快乐，我为什么要阻止？我情愿让我的丈夫能快快乐乐地活到60岁，而不愿意他勉勉强强地活到80岁。毕竟，一个人的快乐是最重要的。”

后来，当人们再看到这个丈夫的时候，他已经戒烟了。问他为什么，他憨笑着说：“她能为我的快乐着想，我也不能让自己提前20年离开她呀！”

戒烟，本是家庭矛盾中的一个焦点问题，但是，因为这位妻子的理解和宽容，让这件艰难的事情，在平静中得以消除。

是呀，爱他就要连他的缺点一起包容。没有了心中的不忿，没有了怨恨的眼神，你会发现家里充满了温馨、和谐和快乐的气氛。

大凡人与人相遇、相知、相伴都是缘，是一面之缘、同窗之缘、朋友之缘、亲人之缘……但，再没有哪一种缘分比姻缘更能让人心仪的了。两个原本陌生的人，因了那冥冥之中的缘分而走到了一起，从此共同面对风雨人生，手牵着手，一路同行，这是一件多么浪漫和幸福的事。在汉字中，“爱”是十画，“恨”是九画，爱比恨多一点。既然组合家庭，就应该珍惜这来之不易的温情，不能只是两情相悦时候，恨不得把天下最好的东西都给对方，而爱情之舟驶入港湾后，激情减退了，一切习惯了，只把眼光盯在对方的不足和缺点上。

从前，有一位农夫，他有两只木桶，他每天都挑着两只木桶去小河边取水。

两只木桶中有一只有一道缝隙，因此每次到家时这只木桶总会漏得只剩下半桶水，而另一只桶却总是满满的。就这样，两年来，日复一日，农夫天天只能从小河里挑回一桶半水。完美无缺的桶为自己的完美无缺得意非凡，而有裂缝的桶自然为自己的缺陷和不能胜任工作而羞愧。经过两年的失败后，一天在河边，有裂缝的桶终于鼓起勇气向主人开了口：“我觉得很惭愧，因为我这边有裂缝，一路上漏水，只能担半桶水到家。”

农夫回答它说：“你注意到了吗？在你那一侧的路上开满了小花，而另一侧却没有，我从一开始就知道你有缝隙漏水，于是在你的那一

侧的路上撒了花籽，我每天担水回家的路上，你就给它们浇水，两年了，我经常从路边采摘鲜花来装饰我的餐桌，如果不是因为你的缺陷，我怎么会看到那么美丽的鲜花呢？”

人无完人，无一例外。其实，我们每个人都好比那只有裂缝的木桶，每个人都具有这样或那样的不足和缺陷，倘若我们怀着一颗理解和宽容的心，懂得发现对方的长处，并且能够扬长避短，我们的生活一定会变得更加轻松愉快、丰富多彩。也就是说，我们每一个人都应该不断地充实自己，完善自己，合伙建立自己的爱情银行，每一次奉献、每一个友好的动作、每一句温和的关怀，就相当于给自己的爱情银行里存入了一笔，生活就会对人绽开笑脸，家庭就会奏出幸福的音符；而每一次刻薄、每一回粗鲁的赌气、每一句霸道的恶语，

都相当于一次在爱情银行里的透支，就必然会在生活中付出相应的代价。狭隘、自私、绝情……透支越多，家庭的幸福感越差，情感越淡薄，甚至变爱为恨。有透支不可怕，只要及时补上，照样情深意切。

当然了，宽容是一门修身养性的学问，更是一种美德，还是一个人人品修养的具体体现。面对别人的过错，如果我们能够以宽容之心来对待，不仅可以感化他人，而且还能使其认识到自己的错误，从而以善心善行来回报你的宽容。

多给对方一些信任和空间

夫妻之间彼此有一点私人的空间，这是一种夫妻相处的艺术。

夫妻空间有点保留，这不能视之为对爱情的不忠，这是一种夫妻相处的艺术。一个最通俗的比喻：夫妻就像两只相互依靠彼此取暖的刺猬，远了，温暖不到对方；近了，会被对方身上的刺扎到。一次次冲突之后，慢慢调整距离。

某一天的早晨，张先生在临出门之前，突然说，今天和朋友出游。以往，去哪里，张太太不多过问，他也会随口告诉她。可这一次，张先生招呼不打一声就宣布出门。她有些生气。出游这件事，一定是事先约的，至少前一天就约好了，他为什么不说一声？他还有多少事瞒她？张太太心里不悦，拦着让张先生说清楚。张先生心里着急，嚷嚷道：“我的吃喝拉撒睡，是不是都得给你汇报？”然后摔门而去。

张太太开始赌气，在接下来的好几天里，不管晚回家、和朋友吃饭，还是去娘家，一概不告知张先生，也闭口不问他的一切事情。张先生终于忍不住了，跟太太说：“我现在才知道，你丝毫不在意我。是吗？”

“不是你说吃喝拉撒睡都不用向我汇报吗？”张太太狡猾一笑。张先生一愣，也笑了起来。此后，张先生有事外出都会先说一声，让张太太放心。

和朋友一起吃饭，大家点菜总是以少为原则，宁可少一点欠着一点，舒服，胃有空间心灵才有空间。同样，对待感情，夫妻之间的要求也是半饱为好，彼此都有空间才不会那样局促无奈。不过，空间的距离很好测量，心理的距离，却难测。爱情的安全线，恰恰是看不见

而摸不着的心理距离。有些时候，真的就是这样，夫妻双方因为爱而彼此走近，近得恨不能不分你我。于是走进婚姻，长相厮守。此后，彼此的距离慢慢地，在不知不觉中一点点拉开，亲密有间。

有人认为夫妻之间应当不再有什么秘密，毫无保留才能证明夫妻感情的真实，实际上，夫妻之间如果彼此有一点私人的空间，不能视之为对爱情的不忠，这是一种夫妻相处的艺术。

有篇小说《天在下雨》讲述了这样一个故事。

丈夫赵山深深地爱着他漂亮的妻子梁晴，他像一位老大哥似的整日看护着妻子，从走路姿势到头发式样，从一言一行到一举一动，从

口红的浓淡到穿裤子还是裙子，可以说，他把满腔的爱都恨不得全部倾注在妻子身上。对于他这种“老大哥”式的爱，他的妻子梁晴腻烦透了，她渴望冲出丈夫精心织下的爱网，自己独立到外面闯一闯。于是，经朋友介绍，她进了一个剧组，她认真的工作态度和高效率的工作赢得导演的好评。

有一次，天下起雨，下班后梁晴发现自己忘了带雨伞，她正准备冒雨回家时，导演关心地说：“小梁，我用摩托车送你回家吧。”梁晴点点头，答应了。

就在导演带着梁晴冲出剧组大院时，迎面赵山骑着自行车给梁晴送伞。由于雨很大，坐在导演身后的梁晴没有发现丈夫赵山的身影，摩托车喷出一股黑烟，一溜烟地冲进了雨幕。

赵山手里拿着雨伞，痴呆呆地望着两人远去的背影。于是，赵山便断定妻子梁晴和导演有染，一怒之下，请了长假，去广州度假。

赵山走后，梁晴竟然意外地发现自己怀孕了。做母亲的喜悦使她忘记了和丈夫之间的不快，她欣喜若狂地打电话告诉了丈夫。谁知，一盆冷水浇灭了她的喜悦，话筒那头传来丈夫冷冷的声音，冷得让人浑身打颤，仿佛那是从地狱中吹来的阴风。

“我不想要一个别人的孩子，你应该把这个好消息告诉你的导演。”说完，“啪”地一声，电话挂断了。丈夫的无情和多疑反而使梁晴生下孩子的决心更加坚定了。十月怀胎，一朝分娩。孩子那圆溜溜的大眼睛和上翘的小鼻子活脱脱是赵山的再版，事实不说即明，孩子无疑

是他的亲骨肉。

赵山后悔了，他用了各种办法想挽回他的过失，唤回妻子的爱，但是，妻子梁晴那颗冰冷的心再也无法暖和过来。他们只好分手了。

所以，猜疑是夫妻关系的大敌，是感情破裂的一大隐患。生活中遇到怀疑的事，不宜过早下结论，要客观、理智地去分析，才能够了解真相。古人云：“人之相知，贵在知心。”夫妻之间更需加强了解以求心心相印，杜绝猜疑的发生。

生活中，夫妻双方要做到忠贞专一，相互信任，共同对家庭负责，彼此忠诚，这样，不管什么样的风浪，爱的小巢也会坚如磐石，安然无恙，永葆爱情的青春。

夫妻交流需要语言艺术

掌握夫妻之间交流的语言艺术是维持家庭生活的幸福、快乐之本。

语言是人类信息沟通的主要工具之一。语言作为一种互动符号，代表着观念、意志、态度和感情，而且还影响着人际关系中的互动行为，特别是在两性的心理等方面，语言在传递感情、表达意志中起着十分重要的作用，因而是夫妻双方感情交流的主要形式。掌握夫妻之间交流的语言艺术是维持家庭生活的幸福、快乐之本。

情感对一个家庭影响很大，丧失了它，就会造成悲痛、忧郁，甚至家庭破裂。所以，我们要想有家庭天伦亲情，就要学会多积感情，

少生是非，多些谅解，少些批评，家才能成为幸福的港湾。

夫妻应当处在和谐的生活环境中。许多夫妻不能像知己一般相处，他们总是用辱骂、奚落和批评来对待对方。我们知道用批评和谩骂来攻击对方是愚蠢的行为，你最好是说“我真高兴你能用心听我说话”，而不是“你从来就不听我说”。婚姻专家建议，要留心那些关键的品质，如仁慈和责任心，而不要总是去挑剔对方的缺点。要分清什么是可以容忍的小缺点，什么是对婚姻至关重要的大问题。

狄斯累利在公职生活中最难缠的对手是威廉·尤尔特·格莱斯顿。这两位对于在帝国之下的每一件能够争辩的事物都相互冲突，但他们却有一个相同的地方：他们的私生活都充满幸福

和欢乐。试想一下，这位英国最威严的首相格莱斯顿，轻握着他夫人的玉手，和她在火炉边的地毯上跳着舞的场景是多么的幸福啊！

在公开场合中，格莱斯顿是一位可畏的敌人。但在家中，他永远不批评。当他到楼下吃早饭的时候，看到的却是全家人还在睡觉，他就以和婉的方式来表示他的不满。他提高了声音，唱着不知其名的圣歌，声音充满整个屋子，以告诉家里的其他人，全英国最忙的人已经自己一个人在楼下等着吃早饭了。他保持着外交家的风度，体谅人的心意，并强烈地控制自己，不对家事有所批评。

从上面的例子我们可以看出，夫妻之间的相处要讲究艺术。在夫妻语言沟通的过程中，委婉是一种颇有奇效的黏合剂。委婉是一种以

坦诚开放的沟通来对待对方的方式，同时，也尊重他人的感受，不作无谓的伤害。委婉意味着依赖他人，尊重他人的感受。当然，委婉并不意味着永远顺应对方的一切意思，特别是当对方的行为令人不能接受时。否则，就会导致不满和愤怒情绪的累积，那样，总有一天会爆发并严重挫伤双方的感情。

其实，夫妻对话也是大有学问的，同样的意思用不同的语气和方式表达出来，效果会大不相同。

（1）婉转表达。

比如，妻子说："我不漂亮，你应该找个漂亮的女人。"丈夫如果直说："是的，我是应该找个比你漂亮的。"那么妻子一定很伤心。但是如果丈夫说："我如果真找了个漂亮的，就不一

定能碰上你这么贤惠的。”这话既不违心，又能使妻子得到安慰，是一种比较好的表达方法。

（2）把批评变成表扬。

例如，妻子批评丈夫：“你对孩子太不关心了！”这往往会使丈夫不能接受：“我怎么不关心了？”如果换一种积极性的说法：“你对孩子比以前关心多了，如果再能多分点心，我就更显得年轻了。”这样的话，自然不会让丈夫反感。

（3）不要伤自尊。

如果妻子这样说：“你还能升职？除非太阳从西边出来！”这话太伤对方自尊心了。

（4）不要伤及无辜。

有人这样指责对方：“你怎么和你爸爸一样，一天到晚抽个没完，这屋里都是烟，就不想想别人了？”光是谴责对方，这话说得就够重了，还要株连到对方的爸爸，这就更不妥当了，不能不让对方反感。

（5）絮叨最招人烦。

有的人几次三番地重复同一句话，比如总是对爱人说：“我爱你”怎样怎样，对方听多了，不仅产生不了共鸣，反而会感到厌烦。俗话说：“话多了不甜，胶多了不黏”正是这个道理。

（6）幽默是最好的良药。

比如对方生气了，另一方说：“你看，你的嘴快能挂一个瓶子了！”对方可能就会消掉怒

气，使气氛缓和过来。

（7）要征求对方的意见。

夫妻之间对话，尽量不要说“你听我说”、“你懂吗”、“必须听我的”这类没有协商色彩的话，而应该多说“你看呢？”“这样行吗？”一类语言，使双方产生相互平等、相互尊重的感觉。

（8）礼貌用语不可少。

在家中也要使用“请”、“对不起”、“谢谢”、“再见”之类的语言。这样会使夫妻双方有“相敬如宾”的感觉，这也有助于养成讲究文明礼貌的习惯。

幽默是化解夫妻矛盾的良药

试着做一对幽默夫妻，家庭里就会少一些不愉快，家庭生活将会变得富有乐趣。

恩格斯说过，幽默是具有智慧、教养和道德上的优越感的表现。在家庭成员的交流中寓庄于谐地表达一个严肃的内容，甚至用来进行善意的批评，每每使另一方在轻松的感觉中备受启迪。当夫妻间发生矛盾时，双方都应该撇开愤怒，抛弃争吵，尝试用幽默的方式化解矛盾与隔阂。

幽默是打破夫妻之间僵局的最佳方式。如果你说：“你看世界上的冷战都结束了，我们家的冷战是不是也可以松动一下？”“瞧你的脸拉那么长干什么？天有阴晴，月有圆缺，半月过去了，月儿也该圆了吧！女人不是月亮吗？”对方听了大多都会“多云转晴”的。

总之，只要一方能针对矛盾的具体情况，采取相应的沟通方式，巧用言语，就可以尽快打破僵局，让家庭生活恢复往日的欢乐与和谐。幽默是家庭生活的润滑剂，它能给家庭带来阳光和春风。

幽默是讲究环境和条件的，如果在具有幽默诱发作用的环境中，具备了成熟的条件，即使文化修养较低的人，也会自然而然地幽默起来。家庭是一个很好诱发幽默的环境，因为家庭中充满了善意和爱，当然，有时候家庭中成员之间，尤其是夫妻之间，也会发生矛盾。当夫妻之间发生矛盾时，我们也可以用幽默来消除紧张，缓和矛盾。

有这样一对夫妻，两口子吵架，妻子闹着要同丈夫离婚。他们在去县法院的路上，要经

过一条不深但很宽的小河。

到了河边，丈夫很快脱掉鞋子走入水中。妻子站在岸边，瞧着冰冷的河水，正愁着怎么过去。丈夫回过头温和地说：“我背你过去吧。”

丈夫背着妻子过了河。他们没走多远，妻子说：“算了，咱们回去吧！”

丈夫诧异地问：“为什么？”

妻子不好意思地低着头说：“离婚回来的时候，谁背我过河呢？”

幽默和温和的言语一样，在夫妻之间发生矛盾的时候，幽默所表达的是一种委婉的妥协，既不损及自己的颜面，又能同爱人友好地和解。夫妻之间，貌似嘲笑的关怀幽默总是能

够迅速地弥补双方之间的个性差异与感情裂痕，拉近双方的心理距离。下面就是一个这样的故事：

丈夫看见失业的妻子一点儿也不着急找新工作，于是对她说："你怎么一点儿都不懂得废物利用？"

妻子回答说："因为很懂得，所以才嫁给了你。"

丈夫本想教训妻子一顿，却被妻子幽默地驳回，丈夫自然会反思自己没有能耐，还要妻子跑出去赚钱的不对。记住，在婚姻和家庭生活中某些特殊的时刻，对方折损人的话语可能会造成不可磨灭的伤痕，在这种时候，我们要像上面故事中的妻子一样，尽量运用幽默去做妥当的化解。

老张夫妇与老王夫妇一块儿吃饭。饭后，张太太剥了一个橘子，果肉有些干了，汁水少，便对老张说："这个橘子，干干的，你帮我吃一半！"张先生很不高兴地说："不好吃的才给我吃呀！"不一会儿，王太太也觉得橘子不太新鲜，如同在嚼一团棉花，便拿了一半给老王："这个橘子太干，我替你吃了一半，剩下一半你自己吃吧！"老张听后对张太太说："你看，人家王太太多体贴，哪像你？"

这个幽默十分准确地勾画出夫妻间在分吃不可口的食品时的心理状态，反映出夫妻间既亲密又戏谑的特殊感情。

试着做一对幽默夫妻，家庭里就会少一些不愉快，家庭生活将会变得富有乐趣。

夫妻俩吵得很凶，老婆气得直说："我真后

悔嫁给你，早知如此，我就嫁给魔鬼了！”

“不行，你不能这样做，你难道不懂近亲结婚是法律所不允许的吗？”

面对盛怒的妻子，丈夫幽默地把她比做了魔鬼，从而让妻子在笑声中冷静了下来。

妻子往往喜欢故意刁难丈夫一下，这时丈夫也需要灵机一动的幽默功夫，不然就会陷入窘境。看看下面这个例子：

妻子问丈夫：“如果我和你妈同时落水，你该先救谁？”

这真是一个让人不知如何回答的问题，而聪明的丈夫灵机一动：“当然要先救未来的妈妈！”

丈夫一箭双雕，八面玲珑。而到底谁是未来的妈妈，女人都可以。如果你真的有这么一位机灵又好出难题的妻子，那你就得练好临事而顿悟的功夫了。

现代的家庭好比是一个小社会，所以与家庭成员之间也需要添加一些包括幽默在内的各种调味剂；不然，家庭的活力就会衰减。中国传统观念提倡夫妻相敬如宾、客客气气，很明显，幽默可以使家庭生活更加幸福。

小秘密为生活添色彩

夫妻间应做到既有适当的“透明度”，又有适当“隐秘区”，这样才能使夫妻关系保留一点神秘感。

许多婚姻方面的专家认为，如果你真正爱对方的话，有时对一些特定的想法和感受反倒要秘而不宣，甚至要撒一点谎。

有一对老夫妻，结婚四十多年了，感情一直很好。丈夫老向外人夸奖妻子的蛋糕烤得好。有一天，一位邻居的主妇向老太太请教烤蛋糕的秘诀。老太太告诉了她一家蛋糕店的名字，说："其实我的蛋糕都是从这家店里买的，只是我的先生并不知道。夫妻之间有时也需保留一些小秘密。"从此，这位邻居的丈夫也逢人就夸妻子烤蛋糕的手艺，两人的感情自然也比以前更融洽了。

那么，什么话该告诉你所爱的人、什么话不该告诉他、什么时候才能告诉呢？对此有下列建议，你可以从中检验自己爱情和诚实的睿

智。

不要指出配偶的一些无法补救的缺点。例如一位妻子的腿短些，她问丈夫："你是否希望我是个身高长腿的姑娘？"她说得不错。可她的丈夫如果照实回答肯定会伤她的心，因为身材矮小是天生的，无法补救。因而丈夫可以将事实修饰一番来满足妻子的愿望。他可以这样说："如果我想找个高个的，我早就和那样的女人结婚了。而实际上并非如此，我娶了你，我就爱你这样。"这样回答肯定会让妻子满意，因为丈夫强调了他更爱妻子具有的比长腿更有意义的特质。

但是，对于一些可以改正的坏习惯或坏毛病，你应该告诉爱人，但要注意选择适当的时机和方式。不要当众指责他，这会有伤他的自

尊心，从而引起爱人的不满；不要在亲密的时候说，这样会破坏气氛，容易伤害感情；也不要在对方心情不好的时候说，这等于是火上浇油，只会使爱人心情更不好；不要在两个人激烈争吵的时候说，因为争吵时人最容易冲动，这时候指出对方的毛病，只会越吵越厉害。告诉对方缺点时，态度要诚恳，不要让对方以为你在挑爱人的刺儿，或者你看不起爱人；要让对方觉得你是在关心爱人、是把爱人当作一个亲密的人才说这些，而且要帮助爱人改正。

其实，夫妻之间存在点隐私，各自在心灵的某一处保留一片绿洲，使夫妻关系保留一点神秘感，更能增加彼此的吸引力，使婚姻更幸福、更美满。

通常，人们认为女性更容易保留隐私。在

夫妻关系中，妻子固然会有不少隐私，不愿向丈夫透露；而丈夫也有自己的秘密，是属于女性莫问的范围。

丈夫通常对妻子隐瞒自己的秘密。这些秘密，往往是那些足以损害他们大丈夫形象的事情。

关于对事业和工作所产生的焦虑。绝大多数男性，都以事业和工作上的成就作为个人形象评价的标准。因此，在妻子面前他们只夸耀自己事业上的成就。但是，私下里，他们对自己的本领并不如表面上所炫耀的那么信心十足。他们经常怀着一种恐惧感，深怕自己的表现不如他人，但是这种恐惧感，他们绝不会向妻子透露，以免损害自己的男子汉形象。

其实，这种隐瞒是没有必要的。据调查，

大多数已婚妇女承认，她们希望丈夫能告诉自己在工作中遇到的麻烦、事业上的不顺心甚至失败，她们愿意分担丈夫对事业的担忧和恐惧。

她们并不认为这有损他们的男子汉形象；相反，对于他们敢于承认失败，妻子们认为这是一种有勇气的表现。同时，她们认为能为丈夫分担忧愁是两人亲密关系的一种表现，更能促进婚姻美满。

有的男人尽管外表一副铁汉本色，其实情感相当脆弱，在情绪方面依赖性极强。不过，丈夫大多数不愿意让妻子知道这种弱点，因此，他们在情感和情绪方面都故意表现出冷漠，不轻易表达内心的真实感受，以免暴露弱点。对这一点，妻子们有不同的评价。

有的妻子认为，男人就应该像男人，“男儿有泪不轻弹”，这才是英雄本色。更何况，妻子们把丈夫看做是自己终生的依靠，当然希望丈夫是个坚强的汉子，为自己遮风挡雨，提供避风的港湾。

有的妻子却不这么想。她们认为丈夫向妻子表达他们的情绪和感受是很正常的，也是必要的。这不会使她们觉得丈夫软弱，不会损害丈夫的形象。丈夫在妻子面前自然地流露出自己的喜怒哀乐，会让妻子觉得丈夫是有血有肉的真男儿，会让妻子了解到“男人更需要关怀”。台湾一位著名女作家在谈到她丈夫时说：“爱他，只是因为透过一切外表掩盖的东西，看出他不过是一个孩子，一个需要有人疼的孩子。”可见，有时丈夫在妻子面前流露出自己的情感，让妻子知道自己也需要关怀，并不

会让妻子看不起，反而会使妻子更爱他、更疼他。

隐瞒非分之想。有的男人会对妻子以外的女人加以特殊关注。当然，这种非分之想只能暗藏心底，绝不会坦然表露，更不想让妻子知道。

可惜丈夫竭力想隐瞒的东西，妻子早就知道了，所以她们时时盯牢丈夫，以免他拈花惹草，同时心里也在暗暗叹息：为什么男人总是这么花心呢？英国唯美派诗人王尔德在他的《理想丈夫》一书中，通过一个女人的口气说道：“男人一旦爱上了一个女人，肯为她做他可能做到的任何事，除了一样，就是不肯爱她到永恒。”

正如一位外国心理学家指出：忠诚于一个

人，就要求做到谨慎、得体、保护、慈善、克制和敏感，这种要求比只是“告知真相”的简单原则不知要复杂多少。但另一方面，谎话和秘密容易加大夫妻间的距离，使夫妻之间产生隔阂。因此，在处理夫妻关系问题上，最重要的一点是把握好“度”，夫妻间应做到既有适当的“透明度”，又有适当“隐秘区”，这样才能使夫妻关系保留一点神秘感，增加双方的吸引力。

别让冷战毁掉自己的幸福

试着在小事上装一次傻，说不定你会爱上“装傻”这种生活方式。

俗语说：“物极必反”，管得太死，就会使对方产生逆反心理，对方不仅不认为这是爱的表现，反而觉得你太多疑，对自己不信任。你

整日疑神疑鬼，他（她）整日提防你，这样的爱会累死人的，在如此狭小的空间里，爱情之火就会窒息的。

当今社会许多人追求独立，这本无可非议，而且应该大力提倡。一些人把这种独立看成绝对的独立、自由，不允许任何人干涉，一旦别人触及他的某一领域的利益，他往往做出强烈的反应。比如在经济上，独立固然是好的，但独立并不等于说夫妻二人各挣各的钱，各用各的钱，严格划分二人之间的界限；绝不允许对方侵犯一点自己的经济利益。这样的两个人，虽名义上是夫妻，实质在情感上往往形同陌路，非常淡漠。

有这样一对夫妻，丈夫是政府里一个不大不小的官员，妻子是一家国有工厂的工人。丈

夫业余时间喜欢动动笔杆子写点东西，或捧着一本书读得津津有味；妻子漂亮热情，业余时间喜欢去舞厅跳跳舞。

起初，丈夫硬着头皮陪妻子去舞厅，但那种灯红酒绿的生活令他眩晕。他怀着厌烦的情绪劝导妻子不要再去那种地方，妻子却反驳道：“如果我不让你看书，不让你写作，你愿意吗？”

丈夫哑口无言。妻子带着胜利的微笑轻松地哼着小曲走了，房间里只留下妻子身上那种醉人的香水味道。丈夫愣愣地坐在沙发上，一支接一支地吸着香烟。他觉得妻子的理由是靠不住的，读书写字，乃文人雅趣，格调高雅，陶冶人的情操。幽暗放荡的舞厅，三教九流的闲人，有很多是穷得只剩下光棍一人，在那里

一起疯狂地摇摆，哪能与读书吟诗的雅事相提并论。

以前，家里的“财政大权”无需商量，自然牢牢地掌握在妻子手中，丈夫在劝妻子戒舞失败后，决心“冻结”妻子的经济来源。起初，他不再将自己的工资交给妻子，认为妻子微薄的工资一定供不起她每日去舞厅，经常换舞鞋以及购买高档化妆品，结果他发现妻子几乎把自己的工资全部花在了跳舞上。妻子每天玩得高高兴兴，回到家中嘴里还哼着轻快的舞曲，于是，他只好另想办法。

他首先从妻子的屋中搬了出来，每日和妻子“横眉冷对”，接着，又将一切家务一分为二，列出清单放到妻子的床头。饭自然由妻子来做，衣自然由妻子来洗，孩子自然由妻子来

照顾，哪怕妻子由于工作忙而没时间洗碗，他也绝不动一指头。因为那是“和约”上写明的，各司其职，绝不互相干涉。帮忙，岂不也是“干涉”的一种？至于经济上，他不但自己的钱分文不交妻子，甚至到妻子的单位，利用他的“领导”身份，将妻子的工资事先领走，妻子找他理论，他却也振振有词：“以前家中财政大权由你掌握，我说过什么吗？现在由我来管，有什么不可以？”妻子竟也无言以对。

于是，妻子也采取“冷战”政策，丈夫的衣服不洗，丈夫的饭不给做，丈夫的东西全被扔到“丈夫的房间”里，孩子，每人带一天，谁也不肯让步。总之，整个家似乎被分成了互不相融的两部分。

最后，妻子干脆辞掉了厂里的工作，自己

去租了一组柜台卖服装。由于眼光敏锐，有胆有识，竟然干得有声有色，不久便自己开了一家时装店，办起了公司，财源滚滚而来，远非她昔日那点工资可比。“家”的名存实亡，在她的心中留下了很浓的阴影，她决定提出离婚。丈夫起初不同意，并以孩子可怜为由，试图留住妻子，但妻子去意已决，不可动摇。

妻子说：“我们现在这样生活与离了婚有什么两样？不同吃，不同住，互不干涉‘内政’、‘外交’，我们跟两个没有任何关系的人有什么区别？缺的只是那一纸离婚证书。”丈夫冷静地想了又想，觉得妻子说得确实有道理，便同意离婚，一个原本很温馨很美满的小家庭就这样解散了。

由意见分歧互不相让到“各自为政，互不干

涉”，这个家庭由“名存实亡”走向了真正的破裂，这里面的教训不得不引起我们的思考与重视。假如丈夫与妻子中有一方稍做妥协，，不采取那种将家庭一分为二的分庭抗礼的措施来冷淡对方，而是以“润物细无声”的春雨似的柔情去感化对方，那么又将会出现另一种结果。

其实，把配偶看作自己的私有财产，干涉对方的社交活动和限制对方的行动，是十分愚蠢之举。聪明的人，三分流水二分尘，不会把所有的事探究个一清二楚，就算你天生有一双火眼金睛，世事洞明，到头来伤了的不仅仅是眼睛，还会连累婚姻，只要把握住婚姻生活的大方向，不偏离正常的轨道，不偏离道德的航线，试试在小事上装一次傻，说不定你会爱上“装傻”这种生活方式，因为这种方式离幸福很近。

婆媳关系是家庭和谐的关键

婚姻中的女性，如何处理好婆媳关系成为把握一生幸福的关键。

家庭关系是影响和谐家庭最为主要的因素。家庭生活中最复杂的一门学问，就是家庭关系的处理上。幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭却各有各的不幸。随着社会、经济的发展，婚姻家庭中的个人，其伦理道德、生活方式以及思想观念都发生了不少变化。而这些变化便不可避免地影响到家庭关系，再加上代沟的存在，婆媳之间、上下辈之间，如果没有一种关系上的协调，则很容易引发战争。这势必影响这个家庭的和谐。可以说，家庭关系的好坏是影响和谐家庭的主要原因。婚姻中的女性，如何处理好婆媳关系成为把握一生幸福的

关键。

自古以来婆媳相处一直就是家庭中的一大敏感问题，相处得来一切都顺利，要是相处得不好，婆媳过招的戏就会常在家中上演。不过，尽管婆媳矛盾是一个古今中外令许多家庭头痛的难题，但只要当事者本着互相信任、互相尊重、互相爱护、互相关心、互相宽容忍让的态度，加上家庭其他成员齐心协力促使其向良性的方面转化，婆婆与媳妇之间一定会产生出真诚的爱，一定能够和睦相处。

婆媳相处，彼此间都应持一种宽容的心态，不要有见外心理。如果婆婆认为媳妇是外人，难以与之真心实意地相处；媳妇认为自己与丈夫过日子，婆婆是另外一层，这样处处设防，就会埋下矛盾冲突的导火线。由于种种原

因，婆媳间总会存有一定的差异。婆媳双方都要对自己有所约束。婆婆不能要求媳妇完全按自己的一套行事，媳妇也不能奢望婆婆完全认同自己的意愿，互相不要强求。这样做可以避免不少矛盾和冲突。

　　婆媳间遇事要多考虑对方的情况，不要责怪。如婆婆要媳妇去做的事，媳妇一时未能做到，婆婆就应该想到媳妇的难处，家务多，工作忙，一时办不过来，可以再等一段时间。媳妇上班，婆婆照看孩子，如果孩子碰伤了，生病了，媳妇应体谅婆婆年事已高，精力有限，难免在带孩子时出现差错，不要为此埋怨婆婆。婆媳双方都能为对方考虑，许多矛盾就不会发生了。婆媳都要管住自己的嘴，不要背后议论对方。婆媳间难免发生一些不快之事，在这种情况下，双方都要克制。既要防止因一时

之愤而当面争吵，又要避免背后说三道四，与街坊邻居议论婆婆长媳妇短，引发矛盾冲突。婆媳之间最好不要争吵，因为一旦见面如仇人，互不搭腔，甚至指桑骂槐，这样关系就不大好处了。

婆婆年纪大，经历多，深知生活艰辛，往往对年轻媳妇大手大脚花钱、美容化妆、进出舞厅看不惯。媳妇则认为婆婆观念陈旧，思想保守，不懂得年轻人的生活情趣，不体谅现代人追求时尚的心情，对婆婆爱答不理。以宽松的心态相处，婆媳不必过多干涉对方的生活爱好，求同存异，多交流，取长补短，就能进一步融洽关系。

小梅在一次和婆婆发生冲突以后，跑到表妹家诉苦。当时，表妹正好有篇稿子要写，无

暇陪她。小梅就和表妹的婆婆闲聊起来。小梅无奈地说，她婆婆不讲卫生，做菜无味，整天唠叨，让人生厌。表妹的婆婆打断了她的话：“你该向这个表妹学学，她不嫌我这个乡下老太婆，我在这里一住就是五年。我炒的菜明明盐放多了，可她还说好吃！前天刚给我100元零花钱，今天早上又问我还有没有零钱用。”表妹的婆婆一边说，一边呵呵笑起来。午饭后，表妹打开洗衣机准备洗衣裳，却找不到早晨刚刚换下的衣服。“妈，看见我的衣裳了吗？”表妹的婆婆却一拍脑门，笑着说：“瞧我这老糊涂，刚才一不留神把你的衣服给洗了。”小梅看着表妹婆媳之间融洽的样子，愣了一下神，好像若有所悟地点点头。当晚，小梅告诉表妹：“以前我总羡慕你有好婆婆，现在终于明白了，你们之间的相处可真难得啊！不计较小事

小非，什么事都好办了！我以后真得好好向你学习。”此后，小梅也当起了贤惠媳妇。令人欣慰的是，不久以后，她婆婆也被“传染”了，她们之间用宽容化解了矛盾。以后，她们家再也看不见“硝烟”了。

婆媳相处，双方都要有互助的意识，媳妇敬重婆婆，婆婆爱护媳妇，以心换心，婆媳才会相处得和睦融洽。作为小辈，媳妇要注意礼貌和分寸，跟婆婆说话要心平气和，态度诚恳，不可口是心非，出言不逊。遇事多与婆婆商量，在婆婆比较关注的事情上，尽可能与婆婆保持一致。媳妇上班前，要跟婆婆道别。有的人只顾和自己的丈夫、孩子打招呼，忽视了这个问题，婆婆也不会说什么，但会觉得你心里没有她。下班后，先向婆婆问候，诸如“这一天您辛苦了”等等，婆婆听了这样的话，心里会

很舒服。当媳妇的朋友来了，首先要把婆婆介绍给客人，使婆婆感到媳妇对她很尊重。媳妇对婆婆的称呼要亲切自然，不要以称“您”代替喊“妈”。媳妇的一声“妈”，可暖遍婆婆的全身，赢得婆婆的欢心。

逢年过节，莫忘给公婆做些可口饭菜。冬去春来，关心公婆的衣着穿戴；婆婆生日，送上一些她心爱之物。当媳妇主管家务、掌握开支时，还应让公婆了解经济收入及开支情况，经济公开，减少误会。婆婆上年纪了，干活吃力，媳妇下班回家后，尽量多承担些家务劳动，以减轻婆婆的劳累。如果与婆婆不住一起，也要抽空去帮婆婆干些家务。孩子是紧绷在婆媳头上的一根很敏感的弦。媳妇在婆婆面前少打骂孩子，更不要借打骂孩子发泄对婆婆的不满。

处理好家庭人际关系，用心去爱，担起责任，在共同的生活空间中，用爱和尊重，用关心和信任，用谅解和宽容，用支持和帮助去化解彼此间的隔阂，那么每个家庭都会幸福，都将和谐。

“孝”是做人做事的基础

无论时代如何变化，孝都应该成为我们永远遵循的最基本的道德准则。

《围炉夜话》有语云：“百善孝为先……”常存仁孝心，则天下凡不可为者，皆不忍为，所以孝居百行之先。”孝敬父母，尊敬长辈，是做人的本分，是天经地义的美德，也是各种品德形成的前提，因而历来受到人们的称赞。试想，一个人如果连孝敬父母、报答养育

之恩都做不到，谁还愿意和他打交道呢？

父母是需要我们用一生去感谢的，因为他们是我们咿呀学语的拐杖，是漂泊天涯游子的归巢，是我们人生的第一位老师，是我们成长路上不可缺少的引路人。

如果你想做个好人，那首先应该做到的是孝敬父母，尊重家人。在道德水准严重下滑的今天，再一次提及“孝”这个词，却有着不同寻常的现实意义。

尽管当今社会受西方极端利己思想腐蚀，我们身边的许多爱在萎缩，在淡化，但是神圣的父母之爱，始终没有褪色，从来没有贬值。根本原因，在于这种炽烈而持久的感情，根植于每个为父母的心灵深层，是难以抑制的关心，是自觉自愿的奉献，它使父母和子女单独

的个体之间的屏障消失，它超越了隔绝与局限，超越了孤独、疏远和绝望。也就是说，在父母那里，这是一种与生俱来的美德，是今世生命得以充实的活动。疼爱儿女的情感，融化在所有父母追求两世吉庆的一言一行之中。只有这种爱，才能使父母找到爱的幸福，也才能觅得爱的奖赏，因为爱儿女就是为人父母生命的本身！在今生，无私的挚爱带给他们最大的快乐；在来世，无私挚爱的善果使他们有更多的机会获得乐园的恩赐。

孝的本义是指由父母对子女的爱而反射出子女对父母的敬爱。“孝”应建立在“敬心”之上，孝顺父母要真心实意，如果只有物质奉养而无精神慰藉，则与牲畜无异。一般地说，父母进入中年老龄以后，体力和精力都不及从前了。所以，做子女的要多关心体贴父母，尽可能为

父母分担家务劳动，自己料理好个人生活，不让父母操心，减轻父母的负担。同时，当子女的，还应该经常关心父母的身体健康，嘘寒问暖。当父母生病时，更需要细心照料。父母遇到不称心的事，要热心地为他们分忧解愁。父母年老体弱、丧失劳动能力以后，理应得到子女更多的照顾。既要在物质上给予充分的帮助，更要在精神上关心、体贴老人。

如何从小就懂得体谅父母的艰难，如何对别人付出一份爱，这是我们都应该用心考虑的问题。我们要学会理解父母，让天下父母心不再可怜，经年辛酸泪不再白流。切记，爱是需要回报的。从亲情上、从小节上，培养反哺和回报的品质。

我国著名表演艺术家新凤霞出生在天津一

个贫苦农民家中，她的家中有七个孩子，新凤霞是家里的老大。一家九口人，仅靠父亲一个人的微薄收入糊口，生活比较拮据。生在这样的苦人家，小凤霞一点也不觉得委屈，她从六七岁就开始帮父母做家务，从小就养成了热爱劳动的好习惯。

有一年的冬天，她的弟弟病了，为了给弟弟治病，她的母亲就让父亲把一件皮袄当掉，可她的父亲顾及脸面，不愿被人家看不起，死活不去。小凤霞自告奋勇地说："还是让我去吧。"

她的母亲很担心："凤霞，你还小，能行吗？可别让人骗了！"

小凤霞笑着说："妈妈，放心吧，您的闺女哪有那么傻呀，我保证当个好价钱。"说完，她

接过母亲递过的皮袄，一溜烟地跑了出去。

到了一家当铺，小凤霞看到人很多，心想：这么多人在等着当东西，肯定不会有好价钱。于是，急忙跑向另一家当铺。到了这家，小凤霞终于放心了，人很少，没准能有个好的价钱。掌柜的看她人还没有柜台高，想耍心眼，就对小凤霞说：“你这件皮袄太旧了，就一块五吧。”

小凤霞一听就不干了，她大声说：“掌柜的，你这不是欺负我是个小孩子吗？您就行行好，多给点吧，您忘了，当的钱多，赎的钱也多呀！”

掌柜的一听，嘿，这小丫头还蛮机灵的，小嘴挺会说的。再仔细一瞧，这不就是那个会唱戏的小姑娘吗。掌柜的就说：“小姑娘，人人

都说你很会唱戏，怎么样？给我来一段，唱好了，我就多给你钱。”

小凤霞一听，乐了。唱戏，这有什么难的，好办。于是就很卖力地唱了一段。掌柜的听得也高兴，就给了她两块八。

常言道：“穷人的孩子早当家”，小凤霞很小就明白“不当家不知柴米贵，不养儿不知父母恩”。家务劳动磨炼了她的意志，培养了她的胆识。

父母与儿女，不会生活在同一个时代，因此，永远都会有思想上的代沟存在。我们可能永远都无法理解父母对我们的那份“多余的担忧”，就如同我们永远也无法理解我们的儿女对我们的那份永远的“反叛”。但是，这其实并不应该成为我们与父母沟通的障碍，也不应该成

为我们为“孝”的负担。人与人之间，只有沟通，才能理解彼此的思想，也只有沟通，才能化解矛盾，和谐共处。与旁人尚且如此，与我们的父母是不是更应该敞开彼此的心灵呢？

无论社会如何发展，无论时代如何变化，孝敬父母，永远都不应该成为落后于时代的思想，成为不符合现实的古董，而应该成为我们永远遵循的最基本的道德准则。“孝”，是营造和谐家庭、亲融社会关系的贴身法宝：只有我们与父母的关系融洽了，只有我们的家庭关系和睦了，我们的整个社会才能够走向和谐，走向稳定，我们的国家才能不断地走向繁荣。

同辈之间应当礼让为先

谦让是一种美德，它能促进兄弟姐妹之间

的团结，协调家庭内部的人际关系。

同辈主要指兄弟姐妹以及表亲、堂亲。尽管同辈之间处于平等的对应关系，但在交往中，也要真心诚意、彼此厚待，掌握彼此之间相处的方式方法。

同辈相待不仅要宽厚，而且还要宽容。不要听不得对方的逆耳之言，见不得对方的逆己之事。尤为重要的是，不要听从他人搬弄是非，并且要容忍同辈亲属无意之中对自己的冒犯。即便对方的确做了有负自己的事，也要对其宽大为怀。

比如说，在家里你是哥哥姐姐，那就应该时时刻刻以身作则，努力成为父母的得力助手，多干家务活，遇事要宽宏大量，不与弟弟妹妹斤斤计较，更不要以为他们比自己小就随

意指挥他们干活。当弟弟妹妹求教或请求帮忙时，应耐心帮助和解答，不要不耐烦。弟弟妹妹有错时，不要在父母或他人面前斥责他们，以免伤害他们的自尊心。更不能经常在父母面前指责，而引起他们的反感。万一与弟弟妹妹发生争吵，应当着弟弟妹妹的面，在父母面前作自我批评。

在与同辈相处时，最难能可贵的美德就是主动谦让。这样做有助于促进自己与同辈亲属之间的团结，协调家庭内部的人际关系。不仅减轻长辈的负担，而且还为晚辈做出了好榜样。

爱护是同辈之间最基本的礼仪，并且这种爱护是无条件，不图回报的。这种无私的爱护，既要体现在物质利益的支援方面，又要表

现在精神情感的沟通方面。在力所能及的前提下，对于同辈亲属的爱护，尤其是对于其中急需帮助之人的爱护，更应当多多益善。但是值得注意的是，在帮助同辈亲属时，要倾注全力。而在寻求同辈亲属的帮助时，则不宜强求。另外，互助还需建立在合理、合法的基础上。徇私枉法，乃是同辈亲属互助之大忌。

同辈之间的互助，不仅体现在日常生活之中，大家要互帮互助，相互提携，共同创造美好幸福的生活；工作上，能者多劳，弱者得助，尽力而为，共同发展；还应在思想上给予帮助。对于同辈在思想、情感方面的问题，要及时加以点拨。反过来，遇到对外人难以诉说的苦恼，不妨跟同辈亲属多聊一聊。

对于来自同辈的爱护要领情，不要将对方

的爱护，尤其是出于爱护的目的所进行的批评、指责，视为一种负担。另外，还要知恩图报，不要认定对方帮助自己是天经地义的事。

适当放手让孩子自己走

摔一两跤不要紧，只有今天学会了走，明天才能在人生的路上健步如飞。

在教育孩子的问题上，许多父母往往感觉束手无策，许多父母在自己年轻的时候，往往有过许多彩色的梦，然而最终没有实现。于是，他们在下一代身上倾注了全部心血，希望自己的理想能够在孩子身上得以实现，这种望子成龙的心情可以理解，但切不可把孩子逼得太紧，我们应当多给孩子一些空间，适当的放手不等于放纵。

有媒体报道说，开学第一天，某小学一男生提出想走十分钟路和同学结伴到学校，其父不同意，非要自己开车送他上学。到了学校门口，父亲目送儿子入校，直到背影消失才开车离去。

生活中类似现象的报道有很多，例如孩子值日、学校有远足活动等，家长们通常都是前呼后拥，多方配合……这种现象反映了一些家长不愿让孩子吃苦的共同心态。我们时常感叹如今的孩子充满娇骄二气，没有应付困难的能力，没有承担困难的心理素质，更没有“跌倒一百次还要一百零一次站起”的抗挫折精神。原因就在于家长的这种保姆式的做法。

生活中有些做父母的对子女过分关心，一切包办，不敢让他们独自去面对生活中的困难

和挫折。但生活自有它发展的客观规律，在风风雨雨的人生路上，每个孩子都要遇到困难和挫折。如果父母大事小事都越俎代庖，那么孩子怎能磨炼出坚强意志，怎能培养出百折不挠的抗挫折精神？

陈先生中年得子，高兴万分，对孩子是捧在手里怕摔着，含在嘴里怕化了。一步也不让孩子自己走。孩子走一步，他就牵一步，而且总是老两口牵着。自然，两人都觉得这样子最好不过了，再后来，他不让孩子乱跑，怕被风吹冷，怕被太阳晒黑。他们不让孩子和别的孩子一起玩，怕被带坏了，怕被传染上疾病。他们不让孩子唱，他们不让孩子跳……

这样的孩子长大了能干什么，不用说也可想而知。在生活富足的今天，如果说我们没有

必要让孩子去经受先辈们所经历过的种种苦难的话，那么生活中的某些困难是孩子难得的锻炼机会。这些幼苗只有在风吹雨打中才能知道什么是困难，什么叫逆境。鼓励他们战胜困难，他们才能提高生存能力，体会到成功的欢乐，增强对生活的信心和勇气。几次风雨，几回挫折，只会增强他们宝贵的精神财富，激励他们奋发向上，自强不息。如果我们硬要去剥夺孩子们这样的锻炼机会和权利，动辄亲力亲为，甘愿让他们做温室里的弱苗，那无疑是在粉碎自己“望子成龙”的愿望。

俗话说：喊破嗓子，不如做出样子。父母要言传身教，以身作则，做任何事情都要表现出一种强烈的责任感，以认真负责对待工作的态度影响孩子，就能使孩子养成做事有条理的好习惯。当然，父母不能指望孩子一朝一夕就

转变成做事有条理的人，家长不妨在这个过程中来点小惩罚。比如宝宝上幼儿园没带手帕和绘画用具，家长不必为他“雪中送炭”，要让他自己去面对丢三落四带来的麻烦。这样他在以后的生活中势必会因此多长个心眼儿，适当的惩罚有时会有事半功倍之效。

宋先生就是这样教孩子做事的：宋先生是一位收藏爱好者，他发现自己的女儿做事非常没有条理，常常是乱放东西，用的时候又拼命地找。为了使女儿养成做事有条理的好习惯，宋先生就想出了一个好办法。

有一天，宋先生对女儿说：“一个人如果爱好收藏，他就会感到很快乐。”

女儿有些怀疑地看着宋先生，说：“是吗？那应该收藏一些什么呢？”

宋先生说："什么都可以，比如你喜欢画画，那就可以收藏各种美术作品。"

女儿说："那很容易，我会收集好多好多画片的。"

谁知，宋先生却说："'收'容易，'藏'就不容易了。"

女儿有些纳闷了，问道："怎么不容易？"

宋先生说："'藏'就是会分门别类，就是要学会条理化。"

然后，宋先生就给女儿介绍了国际上流行的一种藏书条理化的"资料十进分类法"。这个分类法就是把所有的资料由粗到细分成类、纲、项、目四个层次，每一层次以0到9为记号分成10等份。于是，全部资料便可分得更有条

理了。

在宋先生的指导下，他的女儿把自己的图书分门别类地整理了一下，而且把经常要使用的书放在比较醒目的地方，把暂时不看的书放在其他地方。这样，她就做到了心中有数，在寻找图书的时候非常方便。更重要的是，在宋先生的指导下女儿学会了做事有条理的好习惯。

所以，想培养孩子做事的条理性，还要适当地灌输“自己的事情自己做”的原则。放手让孩子学着做事，自己的小房间自己管理，从房间的布置到被子的叠放，全让孩子做主。如果孩子的房间乱糟糟，客人来了，他也会不好意思的。当孩子意识到拖拉习惯已经影响到自己的脸面时，自然也就会有所收敛。

生活中，该孩子完成的任务，就让孩子去面对，路是他们自己的，放开手，让孩子自己走吧。摔一两跤不要紧，只有今天学会了走，明天才能在人生的路上健步如飞。

坦然面对失去亲人的旅程

当生命列车依依惜别离别的站台，我们的旅程，我们的生活依然要勇敢地继续。

生命就像一趟列车，它将载着我们走过一程又一程。随着列车的一次次进站，我们或与上车的人握手同行，或与下车的招手告别，最终抵达自己的目的地。生命是一趟列车的话，那么父亲、母亲就是那最初伴着我们旅行的人。

如果说，生命是一个完美的圆圈，那么亲人、亲情将是这圆圈上不可或缺的一个弧。然而，随着生命列车的一次次进站，车上的乘客也将不断地变换——有些人上了车，有些人下了车。也许在某一站，我们的父母也会突然结束他们的旅行，或伤感，或黯然地走下车去，留下你一个人继续旅行。

痛失你所爱的亲人是最痛苦的事情。你会为此震惊，心绪混乱、空虚和无助会无情的缠绕住你。你为亲人的逝去而流泪、心碎，无法改变的分离会让你深陷痛苦的泥沼无法自拔。你会悲伤，会难过，你懊悔自己的心里话没能及时说给他听，自己所能为他做得也没有及时做到。你想挽留，却发现此时的你是那么的无能和无奈！

此时，你是痛苦的。但逝去的终究失去了，留下了孤独的你无比的伤痛。你悲伤、绝望，可是一切过后，你还是要生活，要好好的生活，因为爱你的人永远在天涯一端注视着你！

有一首手语歌叫《感恩的心》，这首歌的背后还有一个感人的故事。

有一个天生失语的小女孩，爸爸在她很小的时候就去世了，她和妈妈相依为命。妈妈每天很早出去工作，很晚才回来。每到日落时分，小女孩就开始站在家门口，充满期待地望着门前的那条路，等妈妈回家。妈妈回来的时候是她一天中最快乐的时刻，因为妈妈每天都会给她带一块年糕回家。在她们贫穷的家里，一块小小的年糕都是无上的美味啊。

有一天，下着很大的雨，已经过了晚饭时间了，妈妈却还没有回来。小女孩站在家门口望啊望啊，总也等不到妈妈的身影。天，越来越黑，雨，越下越大，小女孩决定顺着妈妈每天回来的路自己去找妈妈。她走啊走啊，走了很远，终于在路边看见了倒在地上的妈妈。她使劲摇着妈妈的身体，妈妈却没有回答她。她以为妈妈太累，睡着了。就把妈妈的头枕在自己的腿上，想让妈妈睡得舒服一点。但是这时她发现，妈妈的眼睛没有闭上！小女孩突然明白：妈妈可能已经死了！她感到恐惧，拉过妈妈的手使劲摇晃，却发现妈妈的手里还紧紧地攥着一块年糕。她拼命地哭着，却发不出一点声音……

雨一直在下，小女孩也不知哭了多久。她知道妈妈再也不会醒来，现在就只剩下她自

己。妈妈的眼睛为什么不闭上呢？是因为不放心她吗？她突然明白了自己该怎样做。于是擦干眼泪，决定用自己的语言来告诉妈妈她一定会好好地活着，让妈妈放心地走……

小女孩就在雨中一遍一遍地用手语做着这首《感恩的心》，泪水和雨水混在一起，从她小小的却写满坚强的脸上滑过……“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己……感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”她就这样站在雨中不停歇地做着，一直到妈妈的眼睛终于闭上……

小女孩的故事感动了很多人，这首《感恩的心》也就此传播开来。因为你爱你的亲人，所以你会为他们的离去而悲伤，而你的亲人爱你，所以他们会希望你忘记悲伤，好好地活

着。

二战期间，美国一位名叫伊丽莎白·康黎的女士在庆祝盟军北非获胜的那一天，收到了国防部的一份电报，她亲爱的侄子，也是她在世间的唯一的亲人死在战场上了。一时间，她无法接受这个事实，在此之前，她的侄子一直是她生活中的希望和快乐的源泉。这个打击让她决定放弃优厚的工作，远离家乡，让自己永远躲避在回忆和泪水中。

就在她清理东西准备辞职的时候，忽然发现了一封早年的信，那是侄子在她的母亲去世时写给她的慰问信。信上这样写道：“我知道你会撑过去，我永远不会忘记你曾教导我的‘不论在哪里，都要勇敢地面对生活’。我永远记着你的微笑，像男子汉那样，能够承受一切微

笑。”康黎把这封信读了一遍又一遍，她似乎觉得侄子就在身边，正用一双炽热的眼睛望着她说：“你为什么不照你教导我的去做呢？”

康黎由此打消了辞职的念头，她不再生活在痛苦的回忆中，而是一再对自己说：“我应该把悲痛藏在微笑下面，因为事情已经是这样了，我没有能力改变它，但我有能力继续生活下去。”

从此，康黎发奋地工作，并积极参加了慰问前方士兵的组织，给他们写出了一封封信件，寄去后方人民的思念和关爱。

亲人逝去后，你可以悲伤，可以难过，但等一切过去后我们还要背负起逝者的希望，继续向前。

失去亲人无疑是痛苦的，它是我们生命历程中的一次血缘的震颤，一种来自情感的灾难。当生命列车依依惜别离别的站台，我们的旅程，我们的生活依然要勇敢地继续。为了爱，为了亲情而坚强的继续。为了亲人的希望能在自己的行动中得到延续而快乐地继续！

第十章 经营爱情——让真爱永驻心间

爱情中有相守也有分别，有甜蜜也有伤痛。千百年来，为爱而生、为爱而死的人不计其数，可是又有多少人真正了解爱情呢？爱情，是人类误解最多的一种感情。好的爱情能帮助自己进步，也能使别人向上，而不好的爱情则让彼此都受到伤害。学会坚持，学会把握，放弃质疑，放弃顽固。爱情中，最重要的是珍惜。

爱情的真谛在于付出

爱情是什么？也许答案就藏在为爱人默默付出的过程中。

爱情，是一个多么美妙的词汇，每个人对于爱情都有着自己不同的解释。有人说，爱情是长相厮守；有人说爱情是曾经拥有；有人说爱情是风花雪月的浪漫；有人说爱情是两个人天长地久的承诺。也有人说，世界上根本没有爱情。事实上，爱情本身并没有如此繁杂凌乱，它的真谛就在于付出。

在一座依山傍水的美丽小城，有一对非常甜蜜、恩爱的恋人，他们每天都去海边看日出，晚上去海边送夕阳，每个见过他们的人都

会向他们投来羡慕的目光。

可是天有不测风云，人有旦夕祸福，在一场车祸中，女孩受了重伤，她静静地躺在医院的病床上，几天几夜都没有醒过来。白天，男孩就守在床前不停地呼唤毫无知觉的恋人；晚上，他就跑到小城的教堂里向上帝祈祷，眼泪也快要哭干了。

一个月过去了，女孩仍然昏睡着，而男孩早已形容枯槁、憔悴不堪了，但他仍苦苦地支撑着。终于有一天，上帝被这个痴情的男孩感动了。于是他决定帮助一次这个执著的男孩。上帝问他："你愿意用自己的生命交换女孩的健康吗？"男孩毫不犹豫地回答说："我愿意！"上帝说："那好吧，我可以让你的恋人很快醒过来，但你要答应化作三年的蜻蜓，你愿意

吗？”男孩听了，还是坚定地回答道：“我愿意！”

天亮了，男孩已经变成了一只漂亮的蜻蜓，他告别了上帝便匆匆地飞到了医院，停留在了女孩病房的窗台上。女孩真的醒了，他欣喜若狂。

几天后，女孩便康复出院了，但是她并不快乐。她四处打听着男孩的下落，但没有人知道男孩究竟去了哪里。女孩整天不停地寻找着，然而早已化身成蜻蜓的男孩却无时无刻不围绕在她身边，只是他不会呼喊，不会拥抱，他只能默默地承受着她的视而不见。夏天过去了，秋天的凉风吹落了树叶，蜻蜓不得不离开这里。于是他最后一次飞落在女孩的肩上。他想用自己的翅膀抚摸她的脸，用细小的嘴来亲

吻她的额头，然而他弱小的身体还是不足以被她发现。

转眼间，春天来了，蜻蜓迫不及待地飞回来寻找自己的恋人。然而，她那熟悉的身影旁站着一个高大而英俊的男人，那一刹那，蜻蜓几乎快从半空中坠落下来。

蜻蜓伤心极了，在接下来的几天中，他常常会看到那个男人带着自己的恋人在海边看日出，晚上又在海边看日落，而他自己除了偶尔能停落在她的肩上以外，什么也做不了。

这一年的夏天特别长，蜻蜓每天痛苦地低飞着，他已经没有勇气接近自己昔日的恋人。她和那男人之间的喃喃细语，他和她快乐的笑声，都令他窒息。

第三年的夏天，蜻蜓已不再常常去看望自己的恋人了。她的肩被另外那个男人轻拥着，脸被那个男人轻轻地吻着，根本没有时间去留意一只伤心的蜻蜓，更没有心情去怀念过去。

上帝约定的三年期限很快就要到了。就在最后一天，蜻蜓昔日的恋人跟那个男人举行了婚礼。

蜻蜓悄悄地飞进教堂，落在上帝的肩膀上，他听到下面的恋人对上帝发誓说：我愿意！他看着那个男人把戒指戴到昔日恋人的手上，然后看着他们甜蜜地亲吻着。蜻蜓流下了伤心的泪水。

上帝叹息道："你后悔了吗？"蜻蜓擦干了眼泪，说："没有！"上帝又带着一丝愉悦说："那么，明天你就可以变回你自己了。"蜻

蜓点了点头。

飞来横祸让女孩沉睡不醒，男孩的日夜守护和祈祷就连上帝也深受感动。当男孩面对上帝给出的难题时，他毫不犹豫地选择了同意；当流着眼泪看着自己心爱的女孩和别人步入婚姻的殿堂时，他丝毫没有后悔。这是世界上最美丽的童话，也是爱的最高境界的体现。真正的爱情，是在能爱的时候，选择珍惜；真正的爱情，是在无法爱的时候，选择放手；真正的爱情，是为了让对方生活得幸福而选择付出、奉献和牺牲。当我们每个人都能用这样开阔、平和的心态去面对自己生命中最在乎的人时，爱情就会变成一件极为简单和自然的事情。

做一个会撒娇的女人

会撒娇的女人，不但幸福，而且可以使春风化雨，甚至化腐朽为神奇。

假如有这样两个女孩子：一个很漂亮但面无表情，不苟言笑；另一个相貌平平但笑口常开，温存娇气。如果让男人来选择，聪明的男人一般都会选择后者。这主要是由于以下几个方面的原因：

第一，撒娇可以为生活带来无尽的温馨和乐趣。如今的生存环境，让男人们很少再有喘息的机会，他们为了理想去奋斗，为了事业去拼搏，他们的感情生活越来越苍白，精神生活越来越空虚。如此深沉与凝重，男人的心灵需要慰藉。这时，女人撒撒娇，把强烈的爱融入在幼稚的言行中，憨态中蕴藏着爱意，可以让男人在奔波的生活和艰难的人生旅途中感受到

轻松和快乐，生活就此充满了无穷的温馨和乐趣。

第二，撒娇可以为生活注入新的活力。男人面对竞争，面对愈来愈冷酷的世界，坚强着。他们从不把痛苦写在脸上，从不把失落带给家人，但他们需要一双温柔的手，来抚平伤口，来按摩创伤。这时女人撒撒娇，语气中含着关心，可以更加衬托出男人的成熟与风度，让他们的保护欲得以发挥，这时他们就会重新认识自己，并产生新的动力源泉，为生活注入新的活力。

第三，男人有时候就像长不大的孩子一样，当两人争吵时，需要女人来哄他，在他生气的时候温柔地吻一下他的脸颊，他就会心甘情愿地被俘虏；在他郁闷的时候撒娇地拥抱他

一下，他很容易就会转忧为喜。家里不是法院，不用长篇大论讲道理，更不需要争得面红耳赤，只要你懂得撒娇和体贴，就能尽情享受家庭生活的幸福，聪明的女人，何乐而不为呢？

但也有不少女人觉得，自己已然是成熟女性了，撒娇，合适吗？其实，撒娇不是小女孩的“专利”，无论年龄如何，撒娇都是女人的一种魅力，是女人的一种幸福享受，也是女人对生活的另一种理解。

女人天生就有撒娇这种天分，只是没有被开发出来，不要以为没情趣的男人就不喜欢女人撒娇，也不要以为他们不懂得欣赏，因为基本上没有一个男人不喜欢女人的轻声细语、千娇百媚、柔情似水。会撒娇的女人可以制动男

人的每一寸肌肤，每一根神经，会撒娇的女人支使起男人来，也相当容易："老公，我累了，你去做饭吧，求求你了！"……此情此景，即使那位被支使的男人再怎么累，也会心甘情愿地跑进厨房。反过来，如果你事事据理力争，不讲究方法，一下班就冲老公喊："赶紧去做饭，我也一样上班，凭什么伺候你！"这无疑会引来老公的无名之火。我们也可以看到，同样的话，通过不同的方式表达出来，就会收到截然相反的效果。

会撒娇的女人，不但幸福，而且可以使春风化雨，甚至化腐朽为神奇。

丈夫事业有成后在外面找了个情人，并决定和妻子离婚。他问妻子有什么要求，妻子平静地回答说："我只有一个要求，那就是当初你

是怎么抱我进这家门的，现在也要抱我出这家门，并且要抱一个星期。”丈夫答应了，在随后的一个星期里，每天都会把妻子从卧室抱到院门口。在短暂的一个星期里，妻子利用每天早上丈夫抱自己出门的时间，交待他每天该留心些什么，或者告诉他自己每天都在忙碌些什么。有趣的是，这一抱让丈夫发现了妻子的温柔与辛劳，终于不舍得将妻子放下。

在这个故事中，妻子用一个星期的时间挽救了婚姻，重新赢回了丈夫的心。这也告诉我们，在婚姻面前我们要善于经营，懂得其中的技巧。其实，情人能胜过妻子最大的地方可能就在于情人懂得在男人面前撒娇，会使出浑身解数去迎合男人。试想一下，如果妻子能保持年轻时的自信和温柔，丈夫可能就不会那么容易出轨。生活中，有些结婚多年的女人总是怪

丈夫对自己没有婚前那么好，还时时提心吊胆怕自己的丈夫被“狐狸精”给勾走。但仔细一想，那些“狐狸精”也许并不如自己长得漂亮，她们的致命招数充其量也就是会撒娇。那么，为什么自己不修炼一下这种迷人的“媚术”呢？这样，不仅可以随时把丈夫迷得神魂颠倒，还会让他心中产生危机感，把所有的爱都留给自己。

一直以来，撒娇都是女人的天性，是女人“对付”男人强有力的“撒手锏”，女人不一定要漂亮，但一定要会撒娇。

但是，撒娇不能随意而行，也要适时、适当，恰到好处。如果人生是咖啡，撒娇就像糖，太少了会苦，太多了则令人反胃。再者，女人要拴住男人的心，光会撒娇还不行，还要

保持良好的形象，言谈举止得体、知识广博、性格随和，有思想，有内涵，和男人是生活中的伴侣、思想上的知音、事业上的搭档，以自己的温柔和爱心去融化男人，以自己的娇媚和魅力去征服男人。

爱情与婚姻的抉择真谛

夫妻间最幸福的事，就是两个人一起慢慢变老。

爱情是美好的，婚姻是实际的。游走在爱情与婚姻的交叉口，不同的人，会作出不同的抉择。当爱情面临婚姻的抉择，有一部分人，会尊重来自于父母的意见。因为自己从小到大，很多事情都是父母帮助自己抉择的，这一次也不例外。当爱情面临婚姻的抉择，有一部

分人，因为传承了“门当户对”传统观念，结合自身条件，比上不足，比下有余，通常会遭遇“高不成低不就”的局面。所以，这一部分人，通常从爱情的开始阶段，就非常理智，他们有自己的“目标”群，不是光靠感觉，他们首先会从是否般配这个角度去衡量这场恋爱是否值得一谈。当爱情面临婚姻的抉择，有一部分人，会面临精神与物质的抉择。他们对对方的感情不是很深刻，除此之外对方各方面的条件都还不错，而自己又到了谈婚论嫁的年龄，“差不多”就可以了吧……

凡此种种，都是人们选择婚姻的初衷，我们似乎很难再听到“是因为很爱很爱一个人才结婚”的论调。爱情的开始只是喜欢，喜欢的东西总是让人难以拒绝，喜欢就应该长相厮守。可是为什么越来越多的人在面临结婚与否的问题

时显得迷茫和困惑？婚姻的抉择真谛到底是什么呢？

有一男子，30岁了依然单身一人，也见了女孩子若干次，但就是没有一回成功的，他把这一切归于姻缘未到。然而有人问他姻缘是什么时，他却一时语塞。其实，了解他的人都知道，他是一个理想主义者和完美主义者，对于一个又一个从他身边经过的女孩子，每次都怀着挑选精美艺术品的心态，不是嫌这个不够漂亮，就是嫌那个不够贤惠，要么就是觉得她太温柔、太依赖不能与他共挑人生的重担等等。而他自己呢？从来都没有扪心自问自己究竟何德何能！

在他的心目中，所谓姻缘，也许因为太完美了，所以才那样稀少，或者，他就像拿着放

大镜贴在物品上面，反而显得模糊不清。因此，一个又一个女孩总是无法与他有一份姻缘。这与以下这个故事也有不谋而合之处：

有一个人浪迹天涯，坚持要找一个最完美的人结婚。终于，苍天不负有心人，他找到了。可是，他仍然没有结成婚。因为，那个最完美的人告诉他，她也正在寻找自己心目中最完美的人。

其实，真正的姻缘应该是这样的：生死相约的激情和面对琐碎生活的信心水乳交融在一起。构成这一切的最坚实的基础是爱、理解与宽容，而婚姻的抉择真谛则在于——决定结婚时，明知极可能会有更好的人出现，但是此时此地此生，我就是选择了你，认定了你。并不是因为你最好、最漂亮、最有钱、最能干……

而是因为你是现在最适合我的人，我们深深相爱。对待婚姻，我们还可以把它当作一种理想来努力奋斗和争取，不可以轻易地触摸和亵渎，不可以单纯地为了拥有而去拥有。当然，你也有权利继续千挑万选，继续等待前世冤家，等自己更有钱、更有智慧、更懂得看人时才结婚，但是请记住：生命只有一次。

当然了，婚姻并非儿戏，它是神圣的、圣洁的。对每一个人而言，都是具体的、琐碎的，而且总会有这样那样的不足和缺憾。因此，游走在爱情与婚姻的交叉口，一定要三思而后行：我为什么要走进婚姻？我有充足的心理准备去面对日后婚姻有可能出现的种种问题吗？如果你能想清楚这些问题，那么在选择婚姻时就不会那么盲目和轻率了。完美的婚姻意味着对自己负责，对家人负责，对爱情本身负

责，甚至对下一代负责，因为慎重选择、深思熟虑过，我们就有理由让自己、让大家看到更多幸福的曙光，不是吗？

结婚以后，无论贫困还是富裕，你都不能迷失了自己，你必须时时充实自己，培养良好的审美取向和对生活的热爱，学会欣赏自己，信任对方……同时，你也应该明白，人生之路，一定不会总有枝繁叶茂的树，鲜艳夺目的花朵，蝶飞蜂舞的美好景色，它也一定会有阻挡在前的高山和荒凉的沙漠；一定不会总有阳光照耀下缤纷的色彩，也会有阴天时的迷雾重重。生活中的磕磕绊绊、吵吵闹闹、坎坎坷坷都是难以避免的，只要对方没有犯什么原则性的错误，就不要随随便便地说离开，不要轻易地就对曾经暗暗憧憬过无数遍的美好婚姻失去信心。既然走到一起，既然朝朝暮暮地在一起

生活，就要尽量抱定相伴一生、白头偕老的爱情决心。

每当我们看到那些老年夫妇互相搀扶着行走在黄昏的风中时，难免都会怦然心动吧？他们一路风雨，陪着对方慢慢地变老，该有多少曲折动人的故事不断上演，而这些故事中最让人感动的或许莫过于关于婚姻的诠释了吧——一旦认定了彼此，一旦无怨无悔地步入了婚姻的殿堂，就应好好经营自己一生的幸福。

如果爱，请珍惜拥有

生活不曾亏欠任何人，有时候不是我们拥有的太少，而是我们珍惜的太少。

生活中，很多人往往都不懂得珍惜自己所

拥有的一切。疾病袭来时才知道健康的可贵，亲人离开时才感知亲情的温暖，恋人离去时才明白爱情的美妙。时光不会倒流，这样只会给我们的人生留下深深的遗憾。

两个初涉爱河的人，常常会被爱情的甜蜜冲昏了头，恨不得时时刻刻相守，分分秒秒相伴，片刻的分离也会觉得漫长如三秋不见，然后许下天长地久、长相厮守的承诺。然而，等度过了热恋期，感情降温之后，却会是另外一番情景。他们往往会因为一些鸡毛蒜皮的小事而争吵不休，要么就是不动声色的长期“冷战”，要么就是在一时冲动之下狠心地扔下分手的话……这些时候，有谁还会记得当初信誓旦旦的承诺，有谁还能想到“珍惜拥有”这几个简单的字，即使想到了，又有几个人能真正领悟其中的内涵，然后去实践。

什么是幸福？珍惜我们现在所拥有的那就是幸福。丑陋的青蛙其实是英俊的王子，不要让他从我们身边溜走。

她与他分手时，他最后一次约她去那个常去的酒吧。在一场淋漓尽致的酒后，她醉了，她听见他说我会等你十年。她居然在迷醉中被感动得一塌糊涂。

一年后，她漂泊累了，却依然没有找到一个可以停留的港湾。这时，她才发现自己犯了一个天大的错误，那就是当初草率地离开了他，离开了那个深爱自己的他。她拂去憔悴的面容，坐在梳妆台前将自己打扮得一如当年那样漂亮。

她想去兑现那个十年的诺言。现在才过去一年，她觉得那天长地久的爱情还在等待着

她。她难以想象他见到她时那狂喜的模样。

在去找他的路上，她看到了一拨又一拨热闹的人群。她蓦然想起今天是个好日子，怪不得一路上尽是结婚的人。

在那个车流量很多的路口，她被堵住了。那条路旁停着一排婚车，挤了许多人。她正为难时，忽然一阵骚动，有人大声喊："来了，来了。"她看见那个穿着洁白婚纱的新娘从车里出来，她想女人一打扮可真是不得了，如同天使在人间。她幻想自己到时一定也会为他打扮得漂漂亮亮的。紧跟着新郎出现时，她觉得新郎好帅、好有风度。只是她觉得有些不对，再定睛看时，不由感到天旋地转。那个喜气洋洋、满面春风的新郎不正是他吗？

他那十年的承诺到哪里去了呢？她只用了

十分之一，不是还有十分之九吗？而他却将剩下的十分之九给了别人。

还是在那个酒吧，她再一次醉了，却没有人搀扶。十年，原本只是一个美丽的诺言。她一直牵挂着那个十分之九，而他却连十分之一也没有留给她。

其实，爱情里没有谁对谁错，也没有合适不合适，只有珍惜不珍惜，能走到一起是幸福的！既然说了分手，道了再见，又有什么权利和资格去要求对方一直站在原点等待呢？可能一切都要归咎于当初不懂得珍惜，就如同莎士比亚所说的那样：“我们粗心的错误，往往不知看重我们自己所有的可贵的事物，直至丧失了它们以后，才开始认识它们的真价。”

一对夫妇换了一套新房子，大家一起前去

祝贺乔迁之喜。进了他家，总是觉得不舒服。看了半天之后才明白，原来是精致的装潢下，还保留着一些旧家具。很多朋友都问："这些旧东西，怎么不处理掉？你们又不是没有钱买新的。"

夫妇二人站在这些旧家具旁边，问道："你们说哪件该处理掉呢？这个樟木箱子是她当时放陪嫁衣裳的；这张双人床是我们一起攒了三个月的钱才买来的结婚床；这个衣柜是我们孩子出生第一年时买的，里面现在还放着孩子从小到大的衣服……"

人们忽然明白了这对让人羡慕的夫妻和睦的原因了。在他们心里，都珍惜一些旧日的点滴和对彼此、对家人的情感。因为这些没有抛弃的点滴和情感，让他们在岁月的变幻下，没

有被浮华侵蚀，一直保存着最初的纯洁与甜蜜。

其实，男人和女人本来就生活在两个不同的世界里，各自有各自的生活习惯和生活方式，谁也不能将自己的意志强加在对方身上，而要学会慢慢地去磨合，去学习相处之道。遇到问题时，要学会站在对方的立场上去思考一下，经过真诚的沟通和交流，一定能够更加珍爱彼此，一定能够将幸福的生活进行到底。

生活不曾亏欠任何人，有时候不是我们拥有的太少，而是我们珍惜的太少。何必去抱怨呢？如果你有了一个家，就有了一个可以遮风避雨的屋檐；如果你有了一位朋友，就有了一双同行的脚步；如果你有了梦想，就有了展翅翱翔的精神力量。爱情更是如此，如果爱，请

深爱；如果拥有，请珍惜。

留住眼前的幸福

幸福本没有绝对的定义，是否幸福，只在于你自己怎么看待。

人很奇怪，每每要到失去后才懂得珍惜。其实，幸福早就放在你的面前。肚子饿得不行的时候，有人给你端上一碗热腾腾的拉面就是幸福；觉得寒冷的时候，有人给你披上一件衣服就是幸福；累得要命的时候，有人扶你躺在软软的床上是幸福。当然，这种幸福就是被爱。

人生在世，由于际遇的不同，有的人生活清苦却感到幸福，有的人则过着富裕的生活仍

感到苦恼。而更多的时候，人们之所以感觉不幸福，是因为当幸福来临的时候，常常浑然不觉，无论别人投来多少羡慕的目光，还是不知道珍惜自己所拥有的幸福，反而让幸福白白地从自己手指间溜掉，到了最后，给自己剩下的只有挥之不去的痛苦。就像钱钟书所说：“人生的刺，就在这里，留恋着而不肯快走的，偏是你所不留恋的东西。”

印度有一位知名的哲学家，气质高雅，因此成为很多女人的偶像。某天，一位女子来拜访他，她表达了爱慕之情后说：“错过我，你将再也找不到比我更爱你的女人了！”

哲学家虽然也很中意她，但仍习惯性地回答说：“容我再考虑考虑！”

事后，哲学家用他一贯研究学问的精神，

将结婚和不结婚的好处与坏处，分条罗列下来，结果发现好坏均等，究竟该如何抉择？他因此陷入了长期的苦恼之中。最后，他终于得出一个结论——人若在面临抉择而无法取舍的时候，应该选择自己尚未经历过的那一个。不结婚的状况他是清楚的，但结婚后会是个怎样的情况，他还不知道。对！应该答应那个女人的请求。

哲学家来到女人的家中，问她的父亲："您的女儿呢？请您转告她，我考虑清楚了，我决定娶她为妻！"女人的父亲冷冷地回答："你来晚了，我女儿现在已经是孩子的妈了！"

哲学家听了，整个人几乎崩溃，他万万没有想到，他向来引以为傲的精明头脑，最后换来的竟然是一场悔恨。此后，哲学家抑郁成

疾，临死前，他将自己所有的著作丢入火堆，只留下了一段对人生的批注——如果将人生一分为二，前半段的人生哲学是“不犹豫”，后半段的人生哲学是“不后悔”。

哲学家死之前终于明白，幸福本没有绝对的定义，平常的一些小事往往能振动你的心灵。幸福与否，只在于你怎么看待。

有一位年轻男子与一位少女相恋了，那位少女活泼开朗、能歌善舞，是个人见人爱的女孩。可由于阴差阳错，他们分手了。后来女孩远嫁他乡，而那位朋友也早已为人夫、为人父。只是那位朋友觉得自己过得极其“不幸”，他觉得妻子这也不顺眼，那也不遂心。总之妻子没有一样称他的心如他的意，与罗曼蒂克的“女孩”简直不能同日而论。他的妻子常为此

而黯然神伤。后来，索性放开他，准许他去异乡看望他的梦中情人——“女孩”。在三天两夜的火车上，他幻想着种种重逢的浪漫，于是，他满怀憧憬地大胆地敲开了“女孩”的家门。然而，开门的是一个腰围大于臀围的胖妇人，一见面她就兴趣盎然地对他讲泡酸菜的经验，因为当时她正在泡酸菜，屋子里充满一股酸菜的味道。

理想破灭的他在想：难道这就是令他魂牵梦绕、朝思夜想的“她”！

朋友回家后，遂觉得妻子几“相”俱佳，妻子也破涕为笑，从此俩人过得和和美美。所以，既然人生注定了要错过，那就让它错过好了，我们可以享受它过去的美丽，但不可以陷得太深，留恋得太久。假如我们一味地迷恋过

去，而忽视了现在的美丽，那我们就将失去生活的全部意义。

生活就好比一场接力赛，过去的精彩和美好就应该让它适时地过去，同时珍惜眼前所拥有的，毕竟持续着的生命里还有下一棒，下下一棒！

话说回来，幸福其实是无时不在我们身边的，只要我们细心地去感受，敏锐地去观察，你会发现，原来，幸福与我们是那么接近！如果你一个不小心，幸福也许就会从我们身边偷偷地溜走。只关注现在，不顾及将来，也未尝不是一种保持欢乐的捷径。所以，我们应该在幸福还没有溜走之前，好好地把握，好好地珍惜！

幸福就是珍惜已拥有的一切。珍惜现在的

自己，珍惜现在爱你的人，珍惜现在你爱的人。如果你想生活得快乐，那么就学会珍惜吧！珍惜才是留念幸福的法宝。

表面光鲜的爱情不一定牢固

笑看云卷云舒，静静地享受内心那一份真实，才是最好的生活态度。

在社会经济高速发展的今天，物质对于每一个人都有着极强的诱惑力，对于女人来说更是如此。当爱情遭遇物质，有哪个女人会安于过一种物质匮乏的生活，而对外界的千般诱惑目不斜视？就像《蜗居》中的海藻那样，在现实的逼迫下，在不坚定的意志的主导下，一步一步走向堕落的深渊。不可否认，物质是每个女性赖以生存的时尚标签，物质是一种看得见

摸得着的慰藉，带着关怀的温度，贴近女人的心。但是，它真的值得女人以牺牲爱情为代价而换得吗？表面光鲜的爱情能够牢不可破吗？

他和她是大学同学，相爱多年，大学毕业后在一个城市工作。她，年轻漂亮，气质优雅；他，高大英俊，聪明勤奋，善解人意，唯一的不足就是口袋里的钱不多。在旁人的眼中，他们无疑是令人欣羡的一对。他们自己也觉得，会一直这样相爱到老。

可是，有一天，他和她有说有笑地逛街，突然，一辆豪华大奔在他们身边停了下来。那辆大奔的玻璃窗放了下来，一个浑身珠光宝气的女子在车里冲她打招呼。

她愣愣地看着那张似曾相识的脸，竟一时想不起她的名字来。“不是吧，你连老同学刘姗

都不认识了？”那个坐在车里的女人有些不高兴了。她这才想了起来。于是两个女人开心地聊了一会儿，从刘姗的口中得知，毕业后不久，她便嫁给了一个富商，现在住在一栋豪华别墅里。最后，刘姗优雅地递给她一张名片，邀她有空的时候，带男朋友一起去玩玩。说完，开着大奔一溜烟儿地走了。

回家以后，她开始愤愤不平起来，她觉得自己无论从哪方面来说，都比刘姗强，但为什么就过不上人家那种名车洋楼的豪华生活呢？想来想去，她把一切都怪罪在他身上，她认为，一切都是因为他太穷的缘故。恰巧在这时候，她认识了一家大公司的老板。两人一见倾心，老板爱上了她的年轻美貌，而她终于也可以从这个老板的手中获得她所渴求的一切。

于是，她找到他，递给他一叠钱，说：“我们结束这段爱情吧！真的，你不适合我！”昔日乖巧、甜蜜的恋人变成了这个样子，他在惊呆的同时推开了她递过来的那叠钱，默默地离开了。

紧跟着，她和那个老总也闪电般地结了婚。但是，新婚的新奇和激情过后，丈夫花花公子的本性就露了出来，他经常彻夜不回家，身边总是流连着很多妖艳的女人。她难过极了，可是为了保持着自己这种安逸的生活，她只好逆来顺受，对一切都装着视而不见。丈夫的胆子更大了，有时甚至敢把一些陌生女人公然带回家中狂欢。

这样的婚姻状态维持了几年的时间。当中因为经营不当，丈夫公司的生意一落千丈，不

久，便宣告破产。丈夫一夜之间变得一文不名，还欠了一屁股债。她梦想的生活一下子全部都变成了泡沫，消失得无影无踪。

而回头看看他，他在遭到恋人的决绝抛弃后，彷徨失落了很久很久，但终于还是站了起来，在短短的几年内做出了一番自己的事业，也积累了百万家产。虽然还有待成长和进步，但这一切，毕竟都是通过自己的辛勤努力得来的，很踏实，很受用。

做任何事情都要有所节制，女人对物质、对光鲜爱情的追求也是如此。女人可以爱物质，但要适当，并且永远明白，物质并不能代表一切，比起那些名牌时装和账户上的一长串数字，更加美丽和富有的是你的内心。表面光鲜的爱情不一定牢固，只有精神才是一个人灵

魂深处永远的圣殿。一个妈妈在给女儿的信中曾这样写道："适当地爱物质，精神永远更重要，华丽的衣服和全身名牌都不如你的内心更美丽，要学会让美从心里溢出来。"

有人说："婚姻像鞋，鞋可由各式各样的原料做成，最简陋的是一片新鲜的芭蕉叶，最昂贵的是灰姑娘的那一双水晶鞋。不论什么样的鞋，最重要的是合脚；不论什么样的婚姻，最美妙的是和谐。"被金钱收买的婚姻是小尺码的紧口绣花鞋，看上去挺美，但只有脚知道好不好受；浪漫型的婚姻是舞鞋，它轻便、灵活、雅致，但一离开平坦光滑的特定环境，就显得极难适应，也极不实用；事业型的婚姻是跑鞋，它能和脚相互帮衬、共创辉煌，但一脱离事业的跑道，鞋和脚就很难相互适应；患难与共的婚姻是旅游鞋，它看上去奇特，穿上去灵

巧，其最大的特点是历经风雨泥泞也不会脱帮掉底，且只要穿上就总是和脚抱得紧紧的，因此，越是在坎坎坷坷的人生路上，越是会显示出其耐用、合脚的特征。需要提醒的是，切莫贪图富贵的鞋，而委屈自己的脚，别人看到的是鞋，自己感受的是脚，脚比鞋重要。

世界之大，我们不过是其中的一粒尘埃，笑看云卷云舒，静静地享受内心那一份真实，才是最好的生活态度。

有一种爱叫做放手

往事如风，不如让爱也随风而去。也许，放手也是一种爱。

当昔日的真爱已不复存在，当感情的繁花

已被秋风细雨摧残，人们却还是习惯于久久地停息在爱情的枝丫上浅吟低唱，不是心里仍眷恋着那份早已随风而逝的柔情，企求伤害自己的人回心转意，就是下定决心以同样的方式实行报复。然而，这些都是不明智的，不潇洒的，也是不可爱的。

有人说："如果你不爱一个人，请放手，好让别人有机会爱她；如果你爱的人放弃了你，请放开自己，好让自己有机会爱别人。"这话说得直白却很有道理，也从一个侧面教会了人们如何对待已然失落的情感。有的东西你再喜欢也不会属于你的，有的东西你再留恋也注定是要放弃的，爱是人生中一首永远也唱不完的歌。人一生中也许会经历许多种爱，但千万别让爱成为一种伤害。因为，有一种爱叫做放手。

生活中到处都存在着缘分，两个人相识是一种缘分；两个人相爱就更是一种缘分；最终不能走到一起，也还是缘分使然！然而，有的人却不是这样想的，或者认识到了这一点，但在实施的过程中，却改变了初衷，以至于在感情挫折中不能自拔，甚至失去理智，走向极端。实际上，这世间从来没有完美的爱情，所谓完美的爱情，都是相对的，而且需要靠一种责任感去维护，也只有如此，爱情和婚姻才会持久。

一个拥有幸福生活的男人，搂着自己的妻子讲出了这样一个故事：几年前他失恋过，当时痛苦得要命。一日，前女友打来电话，倾诉和新男友的不如意，他沉默了一会儿，才心平气和的问：“你是准备回来了吗？”前女友犹豫着不知道说什么好，他顿了一下，说：“可是我

已经准备忘记你，开始新的生活，请不要太自私，我不想再听到你的声音。”说完就挂断了电话。而正是当日的决断，才促成了他和妻子今日的幸福。

不要把你已然失去的爱情看作是一场完美的爱情，这只会让你更加痛苦。干净利落地告别过去，才会有清爽阳光的新开始。当你重新开始，积极乐观地生活一段时间再回过头看你曾经失去的感情的时候，往往会发现结束并不见得是一件坏事。是的，当爱情已无法救赎，沉浸在其中又有什么意义呢？拿得起，放得下，才会拥有更加幸福的生活。

从前，有个书生，和未婚妻约定好在某年某月某日结婚。可是到了约定的日子，未婚妻却嫁给了别人。书生受此打击，一病不起。家

人用尽各种办法都无济于事，眼看书生奄奄一息。这时，一得道高僧路过，得知情况，决定点化一下他。

高僧来到书生的床前，从怀里摸出一面镜子让书生看，书生看到茫茫大海，一名遇害的女子躺在海滩上。路过一人，看了一眼，摇摇头，走了。又路过一人，将衣服脱下，给女尸盖上，走了。再路过一人，过去，挖个坑，小心翼翼地把尸体掩埋了。

疑惑间，画面切换，书生看到自己的未婚妻，洞房花烛，被她丈夫掀起盖头的瞬间……书生不明所以。僧人解释道：“那具海滩上的女尸，就是你未婚妻的前世。你是第二个路过的人，曾给过她一件衣服。她今生和你相恋，只为还你一个情。但是她最终要报答一生一世的

人，是最后那个把她掩埋的人，那个人就是她现在的丈夫。”

书生大悟，从床上坐起，病愈！

书生悟到了什么呢？他悟到了很重要的一句话——爱情要随缘，有一种爱叫放手。

走在人生旅途中，不是每个擦肩而过的人都会相识，也不是每个相识的人都会让人牵挂。不是每一段爱情都有美丽的回忆，也不是每段回忆都是那么刻骨铭心。也许我们曾经都忘了自己，体会过那心跳的感觉和缠绵的爱。只是有一段感情再也不可能继续，有一个人再也不能相依偎，有一个声音再也不能经常在耳边响起，有一双手再也握不住那手心的温度与舒适……只是，缘分这东西不可强求。该是你的，早晚是你的；不该是你的，怎么努力也得

不到。放手吧，转换一下自己的思路：一扇窗子关上了，另一扇窗子会开启。过去所有一切的结束，正是一个新目标的出发点，这条道路不适合我走，所以上帝指示我向另一条道路前进。放手真的没有那么难，心态决定生活的质量，我们可以生气，也可以开心，只要我们乐意，我们就可以左右自己的心情，决定自己的幸福。

我们每个人都在参加一场宏大的化妆舞会，熙熙攘攘的人群里，我们寻觅着、渴望着那指尖相触时被电击的感觉。那一刻，面具摘下了，显现出真实的面目。这之前，我们都惶惑着，甚至不知道自己需要的究竟是什么。直到真正遇到一个人，才恍然间了解了自己。真正想要的，并非当初以为的。

“春花秋月何时了，往事知多少？”往事如风，不如让爱也随风而去。因为爱你，所以不愿看见你不快乐；因为爱你，所以不愿看着你强忍内心的挣扎；因为爱你，所以不愿看见你勉强的笑容；因为爱你，所以愿意放了你。重要的是，无论任何时候，我们都不要绝望，不要放弃自己对真、善、美的爱情的执著追求。

当爱已成往事，又何必苦苦追寻？强求得不来幸福，强求只能拉大彼此之间的裂痕，加剧彼此之间的痛楚。有一种爱叫放手，放手，不仅是对对方的爱，更是对自己的呵护！

爱不在了，应尽快走出旋涡

放手，让爱的人走，并不是一件容易的事。但是，这却是唯一的良药。

一个卷入婚恋多年的女子，迟迟不能走出这个其实对她来说已经是苦远多于甜的境地。她说：“我忘不了那些他曾经给过我的浪漫、深刻的爱的感觉。”

另一个女人的男朋友感情多次出轨，尽管痛苦她却始终不愿分手，她说：“和他在一起这么多年了，要分手，我不甘心！”

当爱远走，放弃和放手都是最好的选择。因为无法忘却曾经有过的美好，无法相信现实，而让更多的痛苦压在自己的肩上、心上；让自己和对方一起痛苦，究竟是否惩罚了对方也许还是未知数，但是自己绝对是被惩罚最重的一个。因为你剥夺了自己重新享受快乐和幸福的权利。

放手，让爱的人走，并不是一件容易的

事。但是，这却是唯一的良药。否则，我们就会处在无休止的痛苦、气愤和沮丧之中。

所谓放弃和放手的艺术，并不单只在爱情消逝的时候适用。事实上，当爱情还在的时候，就懂得放手的道理，往往是更积极的治本的方法。

从小到大，在每一段关系里，我们都是在寻找着一方面与人连结、一方面与自己连结的双向路线。也就是说尽管再亲密，我们也需要拥有自己的空间。亲子关系、家人关系、朋友关系都是如此，爱情关系当然也不例外。如果失去了这样的空间，我们很快就会觉得被束缚，觉得窒息，觉得痛苦。

因此，当爱还在的时候，懂得适当放手，给爱一个空间，是一件很重要的事情。其实，

如果仔细而深入地思考一下，如果我们在爱时仅仅要求双方粘在一起，往往是因为害怕，因为缺乏安全感，因为嫉妒，因为要把自己生命的责任和重量交在对方身上，而不是因为爱。

放手，给爱以空间，就像纪伯伦在《先知》中所说的："在你们的密切结合之中保留些空间吧，好让天堂的风在你们之间舞蹈。彼此相爱，却不要使爱成为枷锁，让它就像在你们俩灵魂之间自由流动的海水。"

有一个词叫"全身进退"。大概意思是指人不论在什么情况下，都能在付出的时候全心全意地投入进去，在离开的时候毫无牵挂地抽身而去。古人都知道"吾不能学太上之忘情"，在真正的生活中，这种全身进退的理想状态，不知道有几个人能做得到。

现实里的情况是，我们往往在付出的时候不够彻底，总是有这样那样的顾虑，担心别人的看法，担心自己的眼光，担心现实里的矛盾，甚至担心一个无足轻重的细节的完美度。时间一分一秒过去了，百分之百的热情似乎总没有像内心期待的那样出现过，它们都被消耗在了各种各样的顾虑里。所以到了最后，我们只能矜持地微笑，节制地用情，吝惜地计算。

我们也往往在离开的时候，不能够潇洒地掉头就走，而是一顾三叹，余情未了，在决定离开的第一秒钟里就开始痛恨或后悔。甚至是在以为自己早已全身而退的时候，却在一个似曾相识的地方和时刻，不可阻挡地想起那个人、那件事，而后觉得像被杀伤性武器击中，心痛得泪流满面，心碎难当。

有人说爱的反面其实不是恨，而是淡漠，这真是一句真理。爱一个人的时候，情感都是激昂的。他关心你，你便想以十倍百倍的爱去关心他；他拥抱你，你便想以更多更有力的拥抱去回应他；哪怕是他犯了什么错有了什么失误，让你对他恨得牙痒痒时，你也会想用尽全力狠狠地去揍他、掐他、打他，反正无论如何，都绝不会无动于衷地不理他。

除非是爱到殚精竭虑，爱到心灰意冷，爱到彻底绝望，心中已经不再有灿烂的火花，甚至连那些燃烧过后的草木灰的温度也没有。这种时候，想不淡漠都难。从此与你形同陌路，对你的一切也不再有任何的反应。没有余恨，没有深情，更没有心思和气力再做哪怕多一点的纠缠，所有剩下的，都只是无谓。有一天当你发现对于过去的一切都不再在乎，它们对你

都变得无所谓的时候，爱肯定也就消失了。

所以，你要知道，恨你，是因为爱你；淡漠你，是因为不再想记起你。

全身进退，意味着在爱的时候，你要用尽百分之百的感情，哪怕是争执，哪怕是吵闹，你也千万别不理我。因为不理不睬意味着淡漠，意味着你的心里不再有我的位置。千万别假装淡漠，在假装淡漠的时候，你一定更心痛，那是因为你依然爱着。

全身进退，意味着在不爱的时候，你一定要毫不犹豫地放下，千万别回头，或是在夜深时分还想着发条短信安慰他。你要知道，任何一点不干脆的情结，都会让对方像一个溺水的人一样拼命拉住你的衣襟，以为牵住了最后的希望，让你无法彻底离去，把曾经美好的感情

都拖累成厌倦。

失恋是一种成长过程

失恋让我们在痛苦的同时，也让我们成长，让我们更加坚强。

爱情的道路并非总是一马平川，失恋几乎是每一个人的人生必修课。纵然，当初你第一眼与他目光汇集，便爱上他，再也不舍得把目光挪开；纵然，当初你遇见他，如玻璃遇见阳光，折射出明晃晃的一片未来；纵然，当初你爱他，不顾世俗压力和阻力，千山万水、天涯海角也要追随他而去。可是，现在，事到如今，他走了，他离开了，再也不会回来，再也没有回来。

于是，你大门不出，二门不迈，夜夜听歌不睡，红了眼眶，瘦了身体，疲倦得没有力气说话；于是，你郁郁寡欢，为了一首共同喜欢的歌，一个相似的生活画面，抑或是一个似曾相识的背影而泪流满面；于是，你总觉得天是黑的，云是灰的，生活没有意义……其实，你大可不必如此。失恋就像嘴里的溃疡，越痛越想去舔，越舔却又越痛。失恋的人照样可以光鲜亮丽地生活，失恋不能失态。换句话说，你可以失去这个人，但绝对不能因为这个人而丧失对未来生活的判断，绝对不能因为这段感情而丧失对爱情的期待和向往，绝对不能因为这个人的“不选择”或者“放弃”就对自己来一个全盘否定。

有一天，一个失恋的人在公园里哭泣。这时，一位哲学家走了过来，轻声地问她：“你怎

么了？为什么哭得如此伤心？”失恋的人回答说：“我好难过，为何他要离我而去？”不料这位哲学家却哈哈大笑，并说：“你真笨。”失恋的人便很生气地说：“你怎么这样，我失恋了，已经很难过，你不安慰我也就算了，还骂我。”哲学家回答她说：“傻瓜，这根本就不用难过啊，真正该难过的是他。因为你只是失去了一个不爱你的人，而他却是失去了一个爱他的人及爱人的能力。”

是的，迷恋一个人，就像是着了魔一样，不由自主，再聪明的人，也会不惜一切掏空自己所有的感情。着魔就仿佛是噩梦，但是噩梦终有醒来的一天，我们每一个人也会在经历失恋的创伤以后，学会成长，学会飞翔。甚至，我们还要感谢那个给予我们失恋的痛苦的人，因为他，我们更加懂得爱与被爱；因为他，我

们得以重新寻找幸福的机会。如果你不相信，请看苏克拉底为你作出的解释。

苏格拉底（简称苏）：孩子，为什么悲伤？

失恋者（简称失）：我失恋了。

苏：哦，这很正常。如果失恋了没有悲伤，恋爱大概就没有什么味道了。可是，年轻人，我怎么发现你对失恋的投入甚至比对恋爱的投入还要倾心呢？

失：到手的葡萄给丢了，这份遗憾，这份失落，您非局中人，怎知其中的酸楚啊。

苏：丢了就是丢了，何不继续向前走去，鲜美的葡萄还有很多。

失：等待，等到海枯石烂，直到她回心转意向我走来。

苏：但这一天也许永远不会到来。你最后会眼睁睁地看着她和另一个人走在一起的。

失：那我就用自杀来表示我的诚心。

苏：但如果这样，你不但失去了你的恋人，同时还失去了你自己，你会蒙受双倍的损失。

失：踩她一脚如何？我得不到的别人也别想得到。

苏：可这只能使你离她更远，而你本来是想与她更接近的。

失：您说我该怎么办？我真的很爱她。

苏：真的很爱？

失：是的。

苏：那你当然希望你所爱的人幸福，是吗？

失：那是自然。

苏：如果她认为离开你是一种幸福呢？

失：不会的！她曾经跟我说，只有跟我在一起的时候她才感到幸福！

苏：那是曾经，是过去，可她现在并不这么认为。

……

失：可她连机会都不给我，您说可恶不可

恶？

苏：当然可恶。好在你现在已经摆脱了这个可恶的人，你应该感到高兴，孩子。

失：高兴？怎么可能呢，不管怎么说，我是被人给抛弃了，这总是让人感到自卑的。

苏：不，年轻人的身上只能有自豪，不能自卑。要记住，被抛弃的并不是就是不好的。

失：此话怎讲？

苏：有一次，我在商店看中一套昂贵的西服，可谓爱不释手，营业员问我要不要。你猜我怎么说，我说质地太差，不要！其实，我口袋里没有钱。年轻人，也许你就是这件被遗弃的西服。

失：您真会安慰人，可惜您还是不能把我从失恋的痛苦中引出。

苏：是的，我很遗憾自己没有这个能力。但，可以向你推荐一位有能力的朋友。

失：谁？

苏：时间，时间是人最伟大的导师，我见过无数被失恋折磨得死去活来的人，都是时间帮助他们抚平了心灵的创伤，并重新为他们选择了梦中情人，最后他们都享受到了本该属于自己的那份人间快乐。

失：但愿我也有这一天，可我的第一步该从哪里做起呢？

苏：去感谢那个抛弃你的人，送上祝福。

失：为什么？

苏：因为她给了你一份忠诚，给了你寻找幸福的新的机会。

是的，我们都曾像上述故事中的那个失恋者一样，因为失去至爱而伤心难过、痛不欲生，但是我们也应该明白，失恋让我们痛苦的同时，也让我们成长，让我们更加坚强。伤痛就像是疫苗一样，痛过一次以后，就再也不会像以前那样痛了。而失恋也只不过是人生中的一个经历而已，它绝对是丰富人生阅历的精彩篇章。

生命中总有挫折，那不是尽头，只是在提醒我们，该转弯了！下一站，更幸福。

坦然面对爱情离开的时候

爱情破碎之时，请不要让它带走生活的光彩。

爱情，是一个古老而永恒的话题。爱情是生活的调味剂，是情感的必需品。爱情有时像金刚石一样坚不可摧，有时却像玻璃一样脆弱易碎。不管爱情到底是什么，它总会在你蠢蠢欲动的等待后或者漫不经心的日子里姗姗而来。

爱情可以让人创造奇迹，也会给人带来无尽的痛苦。只要我们正确对待爱情，那它永远是甜蜜的。

正所谓“天下没有不散的筵席”，当爱情走到尽头的时候，婚姻这场筵席也就到了该散场的时候，与其不死不活地拖着，还不如痛痛快快地分手。

有这样一个真实而令人深思的实例：

一对夫妇，丈夫8次提出离婚要求，而妻子就是死活不离。在法院判决中，女方总是胜诉，就这样一直拖了29年。29年的岁月过去了，这位妇女的青春年华在拖延不决中消失了，乌黑的头发已成白发，红润的脸颊变黄了，刻上了一道道岁月的伤痕，身体也被折磨得满身病痛。

在妻子的坚持下，婚姻仍然存在，然而爱情早已荡然无存。她失去了幸福的家庭，失去了自己的青春，失去了健康的身体，也失去了再婚的机会，孩子也没有因此追回父爱。到最后，法院还是判离了。离婚后不到两年，这位不幸的妇女就因病情加重而离开了人世。

爱情全仗缘分，缘来缘去，不一定需要追

究谁对谁错。爱与不爱又有谁可以说得清？当爱着的时候只管尽情地去爱，当爱失去的时候，就潇洒地挥一挥手吧，人生短短几十年而已，自己的命运把握在自己手中，没必要在乎得与失、拥有与放弃、热恋与分离。

爱情没有永久的保证书。有位男士饱受前女友骚扰，骚扰范围之广，等于古代的“诛九族”，所有亲戚朋友都备受这位不甘离去的女友的电话恐吓。后来他亲自去恳谈和解时才发现，原来他的前女友已经有新的同居人——她自己有新欢，但就是不让他轻松如意。新的已来，旧爱还不愿割去。

在心中如果有“曾经拥有就永远不要失去”的偏执狂与占有欲，越想要获得爱的永久保证书，就只会越来越偏离。

每一份感情都很美，每一程相伴也很另人迷醉。是无法拥有的遗憾让我们更感眷恋；是夜半无眠的思念让我们更觉得留恋。感情是一份没有答案的问卷，苦苦的追寻并不能让生活更圆满。也许一点遗憾，一丝伤感，会让这份答卷更长久一些。

雨果17岁那年，与门当户对、年轻貌美的阿黛·富谢订婚，20岁两人结婚。阿黛是个画家，为雨果生了三男两女。这本应是个幸福的家庭，可是婚后的第十年，阿黛突然另结新欢，追随一位作家而去。这使雨果十分痛苦，又备受打击。次年，他结识了女演员朱丽叶·德鲁埃，两人坠入爱河，这才使他那颗伤痛的心得到抚慰。

阿黛离开雨果后，生活并不幸福，经济一

度很拮据，几乎到了举步维艰的地步。一次，她精心制作了一只镶有雨果、拉马丁、小仲马和乔治·桑4位作家姓名的木盒，到街头出售，可是因为要价太高，很多天无人问津。一天，雨果从那儿经过看见了，就托人过去悄悄地买了下来，这只木盒一直陈列在巴黎雨果故居展览馆里。

爱是无私的，经过了一段忧伤的岁月之后，雨果将怨恨化作了一种内心的安宁，这种安宁也就变成了一种高层次的美。然而有些人，却会在感情破裂以后，相互怨恨、指责谩骂，甚至大打出手，采取野蛮的报复手段。这些都是极不理智的行为，甚至可以说成是对爱的亵渎。

当爱情真正离你远去的时候，也不必太悲

伤。要时刻铭记，人的生命中还有很多宝贵的东西，比如说你的梦想。爱情的破裂不应该夺取梦想的绚丽色彩，相反，你应该投注更多的热情在你的梦想之中，这样不仅可以转移你的注意力，更重要的是可以让你发现自己真正的价值。

第十一章 富贵在人——寻找自己的聚宝盆

很多人只注重眼前的财富，他们不择手段的攫取财富，对财富进行着疯狂的追逐。可能在一段时间内，他拥有了比别人更多的财富，可是用不了多久，他们的财富会越来越少，最终被别人超越。财富是重要的，但仅仅注重眼前的财富则是错误的。比财富更重要的，是获得财富的能力。聪明才智可以创造财富，优秀的技巧可以收集财富。只有让自己成为一个能够吸引财富的人，财富才会从四面八方向你聚集。

点燃致富的欲望之火

永葆致富的欲望能激发强大的力量，关键时候则能让你勇敢地跨过人生的每一个障碍。

这个世界上有富人，也有穷人。为什么有的人富得流油，有的人却穷得揭不开锅呢？其根本原因不在于富人更聪明而穷人更愚蠢，关键在于他们的心态不同。

实际上，穷人之所以穷，家庭环境等在内的先天的因素固然重要，但更重要的问题出在他们自己身上。下面是一个关于“穷人最缺少的是什么”的故事：

法国一位年轻人很穷，很苦。后来，他以

推销装饰肖像画起家，经过不懈的努力，不到10年就成为了法国50大富翁之一，成为年轻的媒体大亨，扬名全世界。遗憾的是，命运之神不肯轻易放过这个成功者，他因前列腺癌而于1998年去世。他去世后，法国一家报社刊登了他的遗嘱。在这份遗嘱里，他说：“我曾经是一位穷人，在以一个富人的身份跨入天堂的门槛之前，我把自己成为富人的秘诀留下，谁若能通过回答‘穷人最缺少的是什么’而猜中我成为富人的秘诀，他将能得到我的祝贺——我留在银行私人保险箱内的100万法郎，将作为睿智地揭开贫穷之谜的人的奖金，也是我在天堂给予他的欢呼与掌声。”

遗嘱刊出后，在全法国引起了轩然大波，有18461个人寄来了自己的答案。这些答案五花八门，应有尽有。但大部分人认为，穷人最缺

少的是金钱，只要拥有金钱，就不再是穷人了。还有一部分人认为，穷人最缺少的是发财的运气和机会，只要给他们充足的机会，再得到幸运女神的眷顾，就能变得富有。也有一部分人认为，穷人最缺少的是技能，只要掌握一技之长，很快就能摆脱贫穷。更有人说，穷人之所以贫穷，最缺少的就是有权势的父母、亲人或朋友。

在这位富翁逝世周年纪念日上，他的律师和代理人在公证部门的监督下，打开了他存放在银行里的保险箱，公布了他的致富秘诀。原来，他认为穷人最缺少的是成为富人的野心。

在所有的答案中，只有一位年仅9岁的女孩猜对了，因此她引起了人们强烈的好奇。在接受100万法郎的遗嘱的典礼上，这位女孩道出了

她的秘诀："每次，我姐姐把11岁的男朋友带回家时，总是警告我说不要有野心！不要有野心！于是我想，也许野心可以让人得到自己想得到的东西。"

谜底揭开后，震动了法国，并很快传到了英美。对此，一些富翁均毫不掩饰地表示：野心是永恒的"脱贫"特效药，是所有奇迹之花开放的起点。而穷人之所以穷，大多是因为他们具有一个致命的弱点，那就是缺乏致富的野心。

大多白手起家的人都是怀着强烈的致富欲望拼搏的，这是他们面对挫折和失败时而能坚持不懈的原动力。如果你想摆脱"贫民窟"，那么你首先就要有致富的欲望、用之不竭的勇气。拿破仑曾经说过，不想当将军的士兵不是

好士兵，同样的道理，不想成为富人的穷人永远都是穷人。

“咸蛋黄大王”龙金平是湖南衡东县霞流镇李花村的一位普通农民。他家紧靠京广铁路，邻里乡亲都有养鸭的传统。由于家境贫寒，他9岁时就不得不每天用篮子提20只鸭蛋去火车站，偷偷卖给列车员。当时，每只鸭蛋的利润是2分钱，他就是用卖鸭蛋的钱凑齐了自己的学费和生活费。

1980年，龙金平高中毕业后，到衡阳市一个建筑队打工。那时，他每天都要将2400块红砖挑上6楼。拿到第一个月的工钱16元时，他留下了激动的泪水。因为他知道，乡下的父母辛苦半年也很难赚到这么多钱。

一年的打工生涯让龙金平成熟了很多，他

心中有了更多美好的梦想。城里固然很好，但龙金平深深怀念着自己的家乡和亲人，他相信在家乡照样能发财。于是，他辞掉了工地的工作，揣着挣的钱回到了那块亲切的热土上，他发誓要干出一番事业来。

那时，虽然改革开放的“春风”已经吹遍了神州大地，但一些政策仍然没有完全开放，因此城里人很难吃到农村的新鲜鸭蛋。敏感的龙金平意识到了这个问题，便决定和爱人一起每人挑一担鸭蛋，坐火车到广东去卖。他们晚上十点多才到广东，筋疲力尽的他们在火车站旁边的大樟树下坐着睡着了。第二天一大早，他们又提心吊胆地把鸭蛋挑到10千米外的清平市场卖。一次来回需要一个星期，可以纯赚50元，这在当时可不是一笔小钱。

龙金平当然不会满足，他意识到：养鸭是个传统产业，乡亲们只是靠卖鸭蛋赚取微薄的利润，营销途径也只局限于农贸市场，利润空间非常小。于是，他有了更大的打算，那就是开办蛋品加工厂。

在龙金平的努力下，1997年4月，集鸭蛋收购、加工、销售业务为一体的衡金优质农产品有限责任公司诞生了。接着，他大力引进先进技术，对鸭蛋进行深加工，大大增加了产品附加值，并带动了鸭蛋产业的全方位发展。

如今，龙金平创建了以衡金优质农产品有限责任公司为龙头，全国最大的咸蛋黄加工基地。2001年，该公司共向北京、广东、上海、香港等地销售咸蛋黄1980万只，实现产值1600万元。在他的影响下，鸭蛋业已成为衡东县的

支柱产业，全县共有3.1万农民因从事相关工作而发家致富。

在激烈的市场竞争中，强烈的致富欲望是必不可少的。永葆致富的欲望能激发出强大的力量，关键时候则能让你勇敢地跨过人生的每一个障碍。

一个人只有拥有了致富的欲望，才能不断地在潜意识中提醒自己，激励自己，这种欲望越强烈，就证明你离财富越来越近。相反，如果连你自己都不自信，不相信自己能获得财富，那么你的人生也就很难有突破了。正如比尔·盖茨所说：“如果一生只求平稳，从不放开自己去追逐更高的目标，从不展翅高飞，那么人生便失去了意义。”

财富源于正确的选择

每一个成功的人，都有着明确的目标。所以，为自己的财富选择一个正确的目标吧。

众所周知，在盖房子之前，我们必须清楚地知道自己需要什么样的房子，再根据自己的需要去买材料。脑子里房子的样子越清晰，越具体，建造出来的房子就越接近自己的目标。同样的道理，在构建自己的人生大厦前，我们也必须对自己的目标有一个清醒的认识。这是穷人变身为富人的必要条件。

一个明确的目标，能促进一个人的成功。每一个成功的人，都有自己比较明确的目标，他们会把自己的每一天，甚至每一个小时都进行细致的规划，对成功的强烈渴望使他们不虚

度一分一秒。而很多人之所以失败，很多时候并不是因为他们能力不够，而恰恰是因为他们没有明确的目标。

17岁时，丁志忠孤身一人来到北京打拼，很多年后，他不仅创立了安踏，还取得了巨大的成功，成了名副其实的富人。

丁志忠提出要到北京发展时，家里人都很不理解。但丁志忠毫不动摇，他对家人说："每天都有外地人来我们这买东西，几乎我们所有的东西都能卖掉，我们为什么不主动把晋江的商品拿出去销售呢？"

那时，丁志忠的父亲刚刚开设了一间小鞋厂，所以家里的条件并不宽裕。但经过认真的考虑后，全家人决定支持丁志忠的想法，最终丁志忠的父亲拿出1万多元钱，让丁志忠买了

600双晋江鞋到北京去卖。

为了把晋江的货摆进北京西单商场的柜台，丁志忠每天都去找商场的负责人，但对他们来说，眼前这个只有17岁的年轻人并不可信，因此没有一个人理他。往往是丁志忠一说出自己的想法，别人就赶紧反驳，还对他说：“你才多大啊，就跑出来做生意？”无奈之下，丁志忠只好撒谎，告诉别人自己已经20岁了，但很多人都不相信。尽管如此，丁志忠还是坚持每天都去找他们，并真诚地为他们介绍晋江产品的优势。这样磨了一个多月，商场的人终于答应去晋江看看。丁志忠欣喜若狂，立刻先赶回晋江作准备。后来，丁志忠成功地为晋江的鞋厂争取到了西单商场的柜台，敲开了成功的大门。

丁志忠的第一个目标实现了，销路一下子打开了。一边是晋江丰富的货源，一边是宽广的销售渠道，等着丁志忠的将是源源不断的利润。但丁志忠并不满足，他还有更远大的目标。

1991年，丁志忠回到晋江，为了他的下一个目标而努力。在北京的几年，丁志忠发现了一个问题：市场上比较有名的“青岛双星”、“上海火炬”牌等鞋虽然已经有一部分是在晋江生产的，这证明晋江货的质量可靠，但是晋江一直没有属于自己的名牌。丁志忠从中嗅到了成功的气息。

于是，丁志忠怀揣着自己的所有积蓄20万元，在晋江开设了一间工厂，安踏诞生。丁志忠的目标是把企业做大，把品牌打响。1999

年，一场国内鞋业的广告大战和体育明星大战孕育而生，孔令辉和他的“我选择，我喜欢”顿时成了最响亮的广告语之一。接着，丁志忠制订了在央视投放500万元的预算价格。随着孔令辉在奥运会上的出色表现和他极具个性的“我选择，我喜欢”，安踏迅速完成了品牌的树立和传播，一跃而成为中国名牌。

从2000年到2004年，安踏运动鞋的市场综合占有率连续4年名列全国第一。取得这个喜人的成绩后，丁志忠又有了新的目标。2002年底，安踏砸重金拿下了设在匈牙利亚洲中心“晋江街”里最大的一个摊位，丁志忠认为非常值得。原来，丁志忠是为了避免和耐克、阿迪达斯争夺欧美发达地区的市场，所以才转而把注意力放在还未加入欧盟的匈牙利，而2004年匈牙利加入欧盟又给安踏进军欧美打开了大门。

此外，2003年安踏还开始赞助立陶宛职业篮球“近卫军”海神篮球俱乐部，成为第一个赞助海外职业篮球队的中国品牌，一炮而红。11月，安踏首家海外专卖店在新加坡诞生，为安踏品牌全面拓展海外市场，走向世界奠定了坚实的基础。

丁志忠坦言，从创业开始，他始终坚持自己的目标，在困难和挫折面前也毫不动摇自己的决心。事实上，坚持不懈地朝着自己的目标前进不仅是丁志忠的制胜法则，也是所有成功者的必胜信念。

美国耶鲁大学曾作过这样一个调查。学校的研究人员对参加调查的学生提出了这样一个问题：“你们都有自己的目标吗？”

结果，接受调查的百分之九十的学生都回

答：“有。”接着，研究人员又问：“如果你们有了目标，会不会把它写下来？”这一次，只有百分之四的学生的答案是肯定的。

20年后，耶鲁大学的研究人员跟踪了当年接受调查的学生发现：那些有目标并且把自己的目标写下来的学生，无论是在事业发展还是在生活水平方面，都远远超过了没有这样做的学生。而且，这些目标明确的学生创造出的社会价值竟然是那些没有这样做的学生的总和。研究人员还发现，其余的百分之九十六的人都在间接或直接地帮助那百分之四的人实现他们的目标。

如果你是穷人，请给自己制定一个明确的致富目标，那能让你与富人的目标更接近；如果你是富人，请给自己制定一个明确的致富目

标，那能让你从众多的富人中脱颖而出，由“小富”变成“大富”。记住：目标总是很美好的，但它从来不会主动向你靠近，只有那些努力付出的人，才能看见目标的“庐山真面目”。

抓住机会就是抓住财富

发现机遇，利用机遇，是创造财富的重要条件。

对一个梦想成功的人来说，机遇当然是非常重要的。机遇对我们每个人都是公平的，但是它又是稍纵即逝的，它从来不会为某个人而驻足，抓住它的人就会成功或富有，而对它视而不见或不积极争取的人就会失败或贫穷。

有人说，这个世界并不缺少美，而是缺少

发现美的眼睛。在这里，我们也可以套用这句话：这个世界并不缺少致富或成功的机遇，而是缺少发现这些机遇的眼睛。因此，要成功，要抓住机遇，一双“慧眼”非常重要。

菲勒出身在一个贫民窟里，他和很多出身在贫民窟的孩子一样争强好胜，喜欢玩，调皮甚至逃学。但是，菲勒从小就有一种善于发现财富的非凡眼光。他把一辆从街上捡来的玩具车修好，让同学们玩，然后向每个人收取0.5美分。在一个星期内，他竟然赚到了一辆新玩具车的钱。对此，菲勒的老师无限惋惜地对他说：“如果你出生在一个富人家庭，你一定会是一个出色的商人。只可惜，现在的你最多只能成为一个街头商贩。”

菲勒中学毕业后，正如他的老师所说，他

真的成了一名小商贩。他卖过电池、小五金、柠檬水，每一样都经营得不错。与贫民窟的同龄人相比，他已经可以算是出人头地了。但是，菲勒并不满足于当一个小商贩，他靠卖丝绸起家，从小商贩摇身一变成了有名的大商人。

这些丝绸来自日本，足足有一吨多。由于在轮船运输的过程中遇到了风暴，这些丝绸被染料浸染了，日本人为如何处理这次废弃的丝绸大伤脑筋。他们想卖掉丝绸，但谁愿意买一堆废品呢？他们想把丝绸运出港口后丢弃，又怕被环境部门罚款。思前想后，日本人最终决定在回去的途中把丝绸抛到大海里。

港口附近有一个地下酒吧，菲勒是那里的常客。一天，菲勒喝醉了，无意中听到了日本

海员与酒吧服务员关于丝绸的谈话，他顿时大喜，他知道自己发财的机会来了。

第二天，菲勒来到轮船上，宣布他可以处理掉这批丝绸。结果，他没花一分钱就得到了这批被侵染的丝绸。他把这批丝绸制成迷彩服装、迷彩领带和迷彩帽子，从而获得了10万美元的巨大利润。

有一天，菲勒看上了郊区的一块地，并决定从地的主人那里买下来，价钱是10万美元。地的主人拿到10万美元后，暗暗嘲讽菲勒："这么偏僻的地方，只有傻子才会出那么高的价。"出人意料的是，一年后，市政府宣布在郊区建环城公路，菲勒的那块地的价格足足翻了150倍。城里的一个富翁找到菲勒，表示愿意用2000万美元的价格买下那块地，因为他想在那

里修建别墅群。但菲勒拒绝了，因为他知道那块地还会升值。果然，3年后，他以2500万美元的天价卖了那块地。

菲勒活了77岁，临死前，他让秘书在报纸上刊登了一条消息，说他即将去天堂，愿意给失去亲人的人带口信，每人收费100美元。这个荒唐的消息引起了很多人的关注，结果他又赚了10万美元。如果他再坚持几天，肯定能赚更多钱。

菲勒的遗嘱也很特别，他让秘书登了一则广告，说他是一位绅士，愿意和一位有教养的女士葬在一起。结果，一个贵妇愿意出资5万美元和他一起长眠。

从菲勒发家致富的故事中我们可以看出，发现机遇的眼光、抓住机遇的勇气和决心对一

个人的成功或致富极为重要。

由于机遇所具有的时间短暂性、产生的偶然性以及发现的意外性等特点，因而要求那些希望抓住机遇的人必须具备随机应变的能力，对情况的发展变化快速作出反应。

牛仔裤自1853年问世以来，历经一百多年而不衰，与它的创始人列维·施特劳斯及其后人善于随机应变、及时改造产品质量是分不开的。

列维是犹太人。他20岁时被当时的淘金热吸引到美国西部，成了一名淘金者。他挖了一段时间的矿，结果却收入甚微。他发现，成千上万的淘金者迫切需要生活上的供应和服务，于是他果断地放弃了淘金的“本职工作”，开了一家日用品小商店。

有一次，他带了一些小商品和一些淘金者搭帐篷用的帆布，乘船到外地去卖。结果小商品在船上时就全部卖光了，只有帆布没人要。船到码头后，他去向一位淘金工人推销说：“你要买帆布搭帐篷吗？”那个工人回答道：“我们不需要帐篷。但是我觉得你卖的这种帆布做裤子还可以。因为我们现在穿的棉布裤子不结实，很快就磨破了。”听了他的话，列维马上就产生一个想法：用这些帆布做成裤子卖！于是，他和这位淘金工人一起去裁缝店用帆布做了一条裤子，这位淘金工人和他的伙伴们都对这条裤子很满意。接着，列维又用帆布专门定做了一批裤子，也很快销售一空。

出人意料的是，定做这种帆布裤子的订单竟源源不断。后来，因为帆布供不应求，他不得不改用一种靛蓝色的斜纹粗布做裤料。这就

是最初的牛仔裤。

1853年，列维正式创建了牛仔裤公司，在旧金山开设工厂大批生产。1873年，他按照一位缝纫工人的建议，用金属加固臀部裤袋的缝口。因为矿工们经常要把矿石样品放在裤袋里，用线缝不结实。裤子上的金属扣是用铜与锌的合金材料做的，其他重要的部分还用皮革镶了边，这更加显得牛仔裤与别的裤子不同。

20世纪70年代，该公司又根据顾客的要求，对牛仔裤增加了“石磨水洗”的工艺，这样，大大增加了牛仔裤的柔软度和舒适度。但是，善于开拓的人并不就此停步。1979年，公司又派人到处寻找各种身材体型的人进行“合身试验”，终于得出来一种颜色的裤子必须有45种型号的结论，从而使各种身材、体型的人都能

买到合身的牛仔裤。如今，牛仔裤成了人们最喜欢穿的裤子，深受各个阶层、各个年龄阶段的人的喜爱。

美国钢铁大王安德鲁·卡内基曾经说过：“当机会呈现在眼前时，若能牢牢掌握，十有八九都可以获得成功并能克服偶发事件，能替自己找寻机会的人，更可以百分之百的获得胜利。”只要挖掘一切可以挖掘的资源，寻找一切可以利用的机遇，就能在激烈的财富竞争中脱颖而出。即使没有机遇，也要想方设法创造机遇，这是成功的重要条件。

信用是最宝贵的财富

诚信，是一桶成色十足的金子。

松下电器创始人松下幸之助说："信用既是无形的力量，也是无形的财富。"正是在诚实守信的基础上，松下幸之助才有了今天的巨大成就。事实上，不仅是松下幸之助，很多成功者都承认自己成功的重要原因之一就是诚实守信。

英国著名小说家瓦尔特·司各特是一个诚实守信的人，虽然他很贫穷，但是人们都很尊敬他。

司各特为人正直，他的一个朋友看见他的生活艰难，就帮他创建了一家出版印刷公司，可是他不善于经营，不久公司就倒闭了，他也破产了，并背负了6万美元的巨额债务。这使原本就贫穷的司各特的生活雪上加霜。

司各特的朋友们决定帮他还债，却被他拒

绝了，他说：“不，凭我自己这双手我能还清债务。我可以失去任何东西，但唯一不能失去的就是信用。”为了还清债务，他像拉车黄牛一样努力工作，这更加赢得了朋友们的佩服。

当时，很多报社都报道了司各特公司倒闭的消息，一些报道中充满了同情和遗憾。司各特把这些文章统统扔到火炉里，并暗自对自己说：“瓦尔特·司各特不需要怜悯和同情，他有宝贵的信用和战胜生活的勇气。”从那以后，司各特更加努力工作，甚至同时做几份工作，因此累得又黑又瘦。

有一次，一个债主看了司各特写的小说后，专程跑来对他说：“司各特先生，我知道您很讲信用，但是您更是一个很有才华的作家，您应该把时间更多地花在写作上，因此我决定

免除您的债务，您欠我的那些钱不用还了。”没想到，司各特却说：“非常感谢您，但是我不能接受您的帮助，我不能做没有信用的人。”

经历了这件事后，司各特有了新的感悟，他在日记中这样写道：“我从来没有像现在这样睡得这样踏实和安稳。我的债主对我说，他觉得我是一个诚实可靠的人，可以免掉我的债务，但我不能接受。尽管我的前方是一条艰难而黑暗的路，却使我感到光荣。为了保全我的信誉，我可能困苦而死，但我觉得这样的死很光荣。”

由于过度疲劳，司各特多次病倒。在病中，他坚持对自己说：“我欠别人的债还没还清呢，我一定要好起来，等我赚了钱，还了债，然后再光荣而安详地死去。”在这种信念的支持

下，司各特很快就痊愈了，并最终在两年后还清了所有的债务。

李嘉诚曾经说过："你必须以诚待人，别人才会以诚相报。"这句话说起来简单，做起来却很艰难。成功者与失败者，富人与穷人，本没有天壤之别，往往就是那不起眼的一点区别，就能让他们走上不同的人生之路。对一些成功者或富人的调查结果显示，大部分人认为以诚待人对事业成功具有非常重要的意义，并且他们确实是这样做的。因此，他们成功了，致富了。

这是中国IT业一个真实的故事，主人公为北大方正总裁黄斌。

1993年，黄斌在中关村与人合租了一个小门面攒电脑，虽然那时他们的全部家当只有

3000元，但仍然雄心勃勃，发誓干一番事业。

有个东北人来北京攒电脑，问黄斌的报价，发现价格比同类产品低得多，难以置信！他马上签了20万元的订单，满意地离开了。谁知签完订单后，黄斌才发现自己把报价报错了。这就意味着如果他要继续做这笔买卖，就会赔1万多元钱，将从商人变成不折不扣的债户。

黄斌很犹豫，不知道改怎么办。此时摆在他面前的只有三条路，第一条是守信誉，讲诚信，继续做生意，哪怕赔掉脑袋！第二条是和对方讲明原因，请他把差价补上；第三条是谢绝这个订单，不做这笔赔本的生意了。

经过几天的思考和权衡，黄斌终于做出决定：坚持履行自己的承诺，即使赔本也在所不

惜。

真是塞翁失马，焉知非福，东北人后来得知了实情，非常感动，立刻把100万的订单按市场报价给了他。不久，中关村电脑的配件价格集体下调。可想而知，黄斌用自己的诚信赢得了什么，岂止是几十万！

正是用这笔资金，黄斌才真正打开了市场，并最终成了IT业的精英人物。后来有人和他开玩笑，问他攫取的第一桶金是多少。他总是说："我没有赚，而是赔了1万多，但我淘到了一桶成色十足的金子，那就是诚信。"

还有一个关于海尔集团首席执行官张瑞敏的故事。

1985年的一天，张瑞敏的一个朋友要买一

台冰箱，选了很多台都有毛病，最后只好勉强拉走了一台。朋友走后，张瑞敏去库房对400多台冰箱进行了检查，发现76台存在各种各样的缺陷。张瑞敏把所有职工叫到车间，问他们解决办法。大部分人提出，冰箱只有一点小毛病，反正还可以用，干脆降价卖给职工算了。

当时，一台冰箱的价格是800多元，这是一个职工两年的工资。但张瑞敏说："如果我把这76台冰箱卖掉，就等于允许你们再生产760台这样的冰箱。"最后，他宣布，把有问题的冰箱全都砸掉，谁生产的谁砸，并带头砸烂了一台冰箱。很多职工当时就流下了眼泪。

接着，张瑞敏多次发动和支持了一个又一个会议，都以"如何从我做起，提高产品质量"为主题。三年后，海尔集团荣获了我国冰箱

行业的第一个国家质量金奖，并为如今成为我国最大、世界第四大白色家电企业奠定了基础。

无论是企业，还是个人，要想成功，都必须建立自己的诚信度。一个不讲信用的公司，即使获得了一时的经济利益，也终究会土崩瓦解；一个不讲信用的人，即使一时能蒙蔽别人，也终究会露出自己的真面目，遭到别人的唾弃。“人无信不立”，从现在就开始用心浇灌你的“信用之地”吧，总有一天，它会回报给你成功或者财富。

智慧是永远的财富

只有真正有智慧的人，才能最终成为成功者。

人的一生中会遇到很多机会和挑战，哪些机会你该把握，哪些机会你又该舍弃呢？无论是选择，还是放弃，其实都是一种智慧的体现。最具智慧的表现就是：在该选择的时候大胆地选择，在该放弃的时候勇敢地放弃。只有真正有智慧的人，才能最终成为成功者。正如贝·泰勒说的："靠智慧能赢得财产，但没人能用财产换来智慧。"

下面是两个关于"智慧创造财富"的故事：

年轻的保险推销员杰克一直牢牢地记着一句话："我需要你的帮助。"由于很多人愿意提供这种微不足道的帮助，他的客户群像滚雪球一样扩大。通过真诚的交往和不懈的努力，杰克终于成了历史上第一位一年内销售超过10亿美元寿险的成功人士。

有时，成功就是这样莫名其妙。当你说十遍“我来帮助你”也不见效的时候，不妨说一句“我需要你的帮助”。人人都需要认同，每个人都是生活的强者。当你用低姿态诚恳地求助时，上帝一定会听到你的心声：你需要的并不是现成的成功，而是获得成功的机会。

有一个科学家曾作过这样一个试验：用木条钉成的箱子里，有一块是能打开门的脚踏板，把门打开后猫就可以逃出箱子，并能得到箱子外的奖赏鱼。试验开始了。一开始，饿猫进入箱子时只是无目的地乱咬、乱撞，后来偶然碰到脚踏板，于是打开箱门，逃了出去，并得到了食物。第二次，科学家再把饿猫关进箱子，如此多次反复，最后，猫一进入箱子就能打开箱门。

这个试验说明了一个问题，即无论做什么事，只有试过后才知道自己能不能成功，千万不能在尝试之前就放弃。

有人说："智者因为常常用心而智，愚者因为不肯用心而愚。所以人生而智时，不得矜于智而忽略了用心；生而愚时，不得拘于愚而怠慢了用心。"事实上，没有天生的傻瓜，只有制造的蠢材。天才和傻瓜的最大区别在于，天才有一颗可贵的好奇心，从来不会害怕迷路，永葆一颗年轻而积极的心。

真正的智者，是能参透生活的人，更是一个有远见的人。只有有远见的人，才能少走弯路，才能比别人更快地走上成功之路。而这里的远见，其实就是指在想别人之所未想，这当然需要过人的智慧。不平凡的远见，常常是建

立在不平凡的经历的基础之上的，没有任何人能不劳而获。

有远见的人，从不轻易沮丧和狂妄，因为他深谙这样的道理，即世事无常。因此，他会时刻保持清醒的头脑，用一种积极的心态去笑对每一个坎坷，迎接每一个机遇，这样的人当然就更能成功。与此相反，没有远见的人，常会为了眼前的利益，损害长远利益；为了局部利益，损害集体利益。这样的人，虽然在短期内维护了自己的利益，但终究会自食恶果。因为一个鼠目寸光的人，是成不了大器的。只有看得远，才能走得远；只有走得远，才能做得远；只有做得远，才能成为众人瞩目的富人。

春秋时期，齐国宰相管仲把齐国治理得井井有条。齐国强大后，各地诸侯基本都承认了

齐国的霸主地位，只有楚国不听齐国的号令。为了维护自己的权威，齐王准备发兵征伐楚国。当时，齐国的几位大将纷纷向齐桓公请战，要求挂帅攻打楚国，却遭到了宰相管仲的反对。管仲认为当时齐军疲惫，不宜久兴兵事，于是他命人日夜不停地抢铸铜钱。

一天，管仲派百余名商人到楚国购鹿。当时，鹿是较为普通的动物，而且楚国盛产鹿，楚国人把鹿当做肉用动物，只用两枚铜币就能买到一头鹿。另一方面，管仲派商人在楚国到处扬言：“齐桓公好鹿，不惜重金购买。”齐国商人开始大量贩卖鹿，开始是3枚铜币一头，后来涨到5枚铜币一头。于是楚人竞相到山中猎鹿，鹿资源日益短缺，商人又从中哄抬价格。因此一个月后，鹿价涨到了40枚铜币一头，而40枚铜币在当时能买5000公斤粮食。巨大的利

润使楚国上下变得疯狂起来，农民不再种地，改行做起了猎人；士兵不再练兵，背起弓箭偷偷上了山。一年后，楚国国内铜币堆积如山，却田地荒芜，粮源断绝。

管仲又向各诸侯国发号施令，禁止与楚国交易。楚国人拿着大把的铜币却买不到粮食，全国闹起了饥荒，人们四处逃难，楚军人黄马瘦，再也不具备作战能力。管仲见时机已到，即集合八路诸侯人马，赶往楚国边境。楚成王内外交困，只好派大臣向齐国求和，保证从此听从齐国的号令。

管仲其实早就洞察了买鹿这件事会引起的连锁反应，他散布“齐桓公好鹿”的流言，不惜用铜币哄抬鹿价，使楚国人无心从事农业生产，从客观上切断了楚军的粮源供给，然后果

断地集合八路诸侯进兵楚国，逼迫楚王臣服。

管仲不动一刀一枪，不死一兵一卒，兵不血刃地制伏了本来强大的楚国。后来，人们把管仲的这个策略称为“买鹿之谋”。

对待一件事时，愚蠢之人只会从这件事本身去想，而聪明之人总是会立足于这件事，能想到无人想到的问题，这就是我们常说的“举一反三”。古往今来，大凡成功者都是勇敢地从事所谓的“冷门”，而他们最值得钦佩的地方就是把“冷门”变成“热门”，进而再创新，最终把自己推到成功的顶峰。

吃小亏，赚大利益

把吃亏当做一种福气，是一个人思想的最

高境界。

古语说得好："吃亏是福。"在长达几千年的漫长历史长河中，这句话一直是我们中国人牢记于心的古训，被认为是老祖宗留给我们的宝贵财富。如今却被很多自作聪明的人视为"笑谈"，而认为"吃亏是福"的人也被他们称为傻瓜。

但事实上，能吃亏是做人的一种境界，会吃亏则是处世的一种智慧。一个过于在乎自身的利益、过于计较、得失心太重的人，往往不会如愿以偿，有时候反而会弄巧成拙，不仅损失利益，甚至还损失友情或亲情，这实在是得不偿失。曾有人做过调查，最后得出了这样的结论：能够吃亏的人，大多是一生平安，知足常乐；而不能吃亏的人，往往在各种是非纷争

中斤斤计较，最终会被利益蒙蔽双眼，遭受更大的灾难，最终失去更多更宝贵的东西。因此，真正有智慧的人，不会在乎“装傻充愣”的表面性吃亏，而是看重实质性的“福利”！

如今，很多人都想得到名誉、地位、金钱以及别人的尊重和奉承，似乎只有这样才是成功的标志，才是人生价值的体现。为此他们费尽心思追求一种形式上的利益，这就是一些为一己之私而损人利己之类的事屡见不鲜的根本原因。有时，退一步就能让自己生活得更舒畅，在看似吃亏的过程中已经得到了补偿——快乐，这是一种比金钱、权力或地位更重要的东西。

仔细想想，得到了未必就是“福”，失去了也未必是“祸”。举个例子：社会需要人们的交

往才能发展，在交往的过程中，从来没有一个人没有吃过亏，无论他是自愿的，还是被迫的。对甲你可能吃亏了，但在对乙的交往中，你可能又占了便宜；在做甲事情时你可能占了便宜，却又在做乙事情时吃了亏。又比如，我们经常会被超市的一些促销活动吸引，蜂拥着去买东西。很多人在买东西时觉得自己占了便宜，但对超市来说，它在减少利润的同时增加了商品的销量。所以说，吃亏和占便宜，其本身并没有严格的划分标准。到底什么是吃亏，什么是占便宜，因人、因环境、因社会等因素而不同，这也是仁者见仁、智者见智的道理。

有这样一个故事：

一个边远山区的年轻人为了养家糊口，被迫到深圳打工。离家前，母亲给他煮了四个鸡

蛋，烙了几张饼，还为他拿出了她的嫁妆——一床崭新的被子。这是这个穷困的家庭唯一一件新东西，母亲只是不想让儿子在外面被别人看不起。

带着全家人的期望，年轻人不舍地离开了家，母亲一直在村头看着他慢慢离开，直到他的背影再也看不见了。到深圳后，只上过小学又举目无亲的他在火车站度过了凄凉而孤独的一夜。那天晚上，他在梦中见到了慈祥的母亲、乖巧的妹妹、调皮的弟弟……

第二天天一亮，经历了短暂的失望和伤心后，年轻人决定振作起来，尽快找一份好工作。但没有熟人介绍又没有钱的他哪那么容易找到工作？接连找了两天后，干粮吃完了，他简直是山穷水尽了，再这么耗下去，他就只能

被活活饿死。无奈之下，他只得到一家小饭馆求救，好说歹说，饭馆老板总算答应让他留下来，条件是只提供吃住，没有工钱。尽管如此，年轻人还是兴高采烈地干了下去，并对饭馆老板的好心感激万分。

为了报答饭馆老板的恩情，年轻人对工作尽心尽力，无论是刷碗，还是打扫卫生，他都尽力做到最好。他整天都乐呵呵的，对来饭馆吃饭的人也是笑脸相迎，很快就赢得了饭馆老板、员工和顾客的一致好评。很多人一到饭馆，就点名要他服务。在这些人中，也不乏公司的老板，一些人还直接向他提出想高薪聘请他。但他都笑着拒绝了，他说，他不能忘恩负义，不能丢下饭馆不管。为此，很多人都觉得这个连“天上掉馅儿饼”都接不住的人是傻瓜，包括饭馆老板在内，只有他明白自己内心深处

的那份坚持。

年轻人还是一如既往地努力工作。几年后，小饭馆成了深圳最繁华市区的豪华大酒店，而年轻人也从一个杂工成了总经理，董事长就是原来的饭馆老板。事实上，饭馆老板心里非常清楚，自己之所以能有今天的成就，都是年轻人的功劳。因此，他想到了一个报答年轻人的办法，他准备把自己的女儿嫁给他，嫁妆就是酒店。殊不知，年轻人和老板的女儿早已相互爱慕。后来，年轻人不仅娶了心仪的女子，还成了豪华酒店的董事长，成了深圳鼎鼎有名的酒店大亨，人人称羡。

从这个故事中我们可以得出这样的结论：一个人如果太执著于自己的利益，不肯吃一丁点儿亏，即使取得了一时的成就，最终也难成

大器。而一个甘于并乐于放弃自己利益的人，即使一时会被别人当做“傻瓜”，但他最终会赢得人们的好评，并获得财富。

把吃亏当做一种福气，是一个人思想的最高境界。能修炼到这样一种境界，也是人生趋向完美的过程。这种伟大的境界并不仅仅表现在轰轰烈烈伟大的事情上，很多情况下，日常的、平凡的、琐碎的小事，更能体现出这种伟大品质。只是放弃微不足道的利益，吃一点点亏，就能收获珍贵的友情、爱情、亲情或财富，何乐而不为呢？

“错误”有时候也是机遇

错误常常是正确的先导。

每个人都会犯错，但并不是每个犯错的人都能从错误中吸取教训，进而为自己的成功奠定基础。在很多时候，无论遇到多大的挫折，犯多严重的错误，只要我们坚定信念，不轻易放弃自己的理想，凡事就都有转机的可能。

我们经常听人说，无论是家长还是老师，都要给孩子一些犯错的机会。其实除了孩子外，我们每个人都需要“犯错”的时候和机会。既然如此，那为什么智商、能力都相差无几的人，机遇却不一样呢？为什么有的人成功了，有的人却失败了呢？这是因为，成功者在犯错后善于分析原因，吸取教训，不会再犯同样的错误；而失败者总是过分执著于错误本身，把自己犯错的原因归结于运气不好等外部因素，以后仍然会在相同的问题上失败。

如果没有机遇，那应该怎么办呢？平庸的人就是温水里的青蛙，最终会随着时间的流逝而慢慢老去；不甘平庸的人却会用全部的身心去创造机遇，而创造机遇就难免会犯错。犯错会有效地让人在发现自己的缺点的同时也挖掘自己的潜能，让你迅速脱颖而出。有时候，即使犯错了，处理错误的过程也一样会给人带来机遇，赢得别人的好评。从这个意义上来说，犯错是一种智慧，更是一种机遇。

很多年前，林丽还只是一家超市的普通营业员，每天要足足站8个小时，而且老板要求员工必须时刻面带微笑。这样的工作无疑是枯燥乏味的，因此她的心情很糟糕，加上对老板不满，所以她有时候会把满肚子的火撒到顾客身上。如果她遇到了正好也火大的顾客，两人之间难免就会发生一场激烈的争吵。有一天，她

和一位女顾客大闹了一场，女顾客气得抓起柜台上的小镜子就朝她扔了过来，她也不甘示弱，夺过清洁工手中的拖把就冲了上去。

营业员和顾客打架，这成何体统？当时，很少有老板解雇员工的事情发生，“炒鱿鱼”还不流行。老板立刻就让林丽停止工作写检查。她被关在办公室里整整三天，什么也不干，就是写检查。老板对她提出了三条处理意见：一是在全体员工面前作自我检讨；二是赔偿超市的经济损失，包括被顾客砸坏的小镜子；三是登门向顾客道歉。

前两条还能勉强接受，第三条她坚决不答应。她认为自己之所以那样，完全是因为顾客的态度太恶劣了，对营业员缺乏起码的尊重。但老板在乎的是超市的声誉，根本听不进去她

的解释，最后撂下了一句话，说如果她不照办就开除她。

“走就走！”林丽心想，“我早就想离开这个鬼地方了。”还没等她主动辞职，老板已经召集全体员工，让她当众作检查。她原本是想把写好的检讨书砸到老板脸上的，但又觉得自己理亏，最终决定通过检讨书出一口恶气。在长篇大论的检讨书中，她满怀怨恨和愤怒，痛斥了老板的几大罪状，发泄了营业员的不满和无奈。起初，大家都在交头接耳，渐渐地变得寂静，只听得见她一个人的声音。老板的表情很复杂，时而皱眉，时而阴沉着脸，时而露出笑意，大家都不知道他葫芦里卖的是什么药。

检讨书念完后，林丽主动向老板辞职，并开始收拾自己的衣柜，准备走人，却被老板派

来的人拦住了。她决定向老板告别，谁知老板看见她后绝口不提向顾客道歉的事，却任命她为部门副经理，即日上任。老板的理由是：她是一个敢怒敢言的人，只是犯了一点小过错，如果他解雇她，他将会犯大错。

后来的事实证明，超市老板做得很对。如今，原来的小超市已经成了著名的连锁超市，而林丽也成了超市的总经理。她经常会感叹，如果没有那次美丽的错误，她的命运将会怎样？我们不得而知。

从这个故事中我们可以明白这样一个道理：当错误已经无法避免地发生了，我们唯一能做的就是尽量减小错误带来的损失，并竭尽全力把错误转化成一种机遇。如果你不给自己腾出时间来“犯错”，那么也许你以后将蒙受更

大的损失，当然也包括金钱上的损失。

英国物理学家和数学家凯尔文晚年时曾说过这样一段话：“我坚持奋斗55年，致力于科学的发展，用一个词可以道出我最艰辛的工作特点，这个词就是‘失败’。”一个大科学家尚且如此，一般的普通人又怎么能避得开失败呢？

“错误常常是正确的先导”，这个“常常”很有道理。要让错误转变为成功的基石，就必须承认错误，并认真地总结教训。否则，“常常”就会变成“不常常”了。因此，我们可以说，错误是机遇的种子，而使种子最终变成绚烂的花朵或参天大树的只能是我们的努力和汗水。

把不利变为机遇

这个世界上最伟大的力量，不是来自于别人，也不是困难或挫折，而来自于我们自己。

每个人的一生都会遇到这样或那样的事，总会有更多的挑战等待我们去迎接。一种积极的人生态度，能让我们学会将所有的不利条件转化为有利条件，从而克服所有困难，使自己的人生之船顺利地驶向我们想去的地方。而那些对凡事都抱着消极态度的人，遇到困难或挫折时就怨天尤人，有的人还把不得志的原因归咎于自己很“倒霉”。

真的是因为他们很倒霉吗？当然不是！这个世界上其实没有人很倒霉，之所以觉得倒霉，往往是因为他们的心情和想法。当你觉得自己很倒霉时，就不会主动去追求一些好的事情，也就会真的变得很倒霉。而当你觉得自己

很幸运时，就会觉得自己生活中的每一天都充满阳光，每一天都很快乐，也就会越来越幸运。实际上，当你面临失业、病痛等困难时，还有一些人遭受了更大的苦难甚至死亡。和死亡相比，还有什么更可怕的呢？

众所周知，创业之路是艰辛而痛苦的。如今的很多大富豪和成功人士，看似个个都声名显赫，名利双收，生活得非常惬意。但是回顾他们白手起家的历史，就会发现他们也是经历了无数挫折，遭受过无数创伤之后才最终登上成功的巅峰的。

希腊船王奥纳西斯最初只是一个两手空空、一穷二白的难民，却在短短几十年里一跃而成为世界上最大的富豪之一，拥有数十亿美元的家产和奥尼亚海上的整个科尔比奥斯岛，

并且开办了多家造船厂，经营着100多家公司。

奥纳西斯16岁时随着难民潮来到希腊，却找不到工作，只好四处流浪，最后来到了南美阿根廷的布宜诺斯艾利斯，成了一个电话公司的焊工。为了多挣点钱，他非常卖力，有时甚至通宵达旦地加班。

其实，年轻的奥纳西斯一直有一个梦想，那就是成为一位成功的企业家，并且他坚信自己有这个能力。为此，他努力奋斗，不断朝着自己的目标前进。几年后，他有了一笔非常可观的积蓄。他发现，在南美经营烟草最为合适，因为那里有得天独厚的市场和货源，而且投资和风险都不大，于是他很快就开始了烟草生意。

事实证明，奥纳西斯的确具备企业家的潜

质。在他的苦心经营下，烟草生意逐渐风生水起，并在他24岁时他被任命为驻布宜诺斯艾利斯的总领事。这使他经常能接触到船只，而这些船勾起了他儿时对大海的向往，他觉得自己能干点什么。

出人意料的是，1929年爆发了资本主义世界最严重的经济危机，使得1931年的海运量只有1928年的31%。面对这场前所未见的大灾难，很多海运公司不得不将自己的船只廉价出售。奥纳西斯经过冷静的分析后，认为这场危机只是一时的，而一旦危机消失，经济很快就会复苏，海上贸易也会重新繁荣。因此，他倾尽所有的积蓄，用12万美元买下了价值200万美元的6艘货轮。

当时，经济危机不仅没有停止，反而愈演

愈烈，很多人认为奥纳西斯是在自寻死路。但奥纳西斯丝毫不为所动，他深信自己是正确的，一定会赚大钱。

果然，不久后，二战爆发了，这为海上运输蓬勃发展提供了土壤，奥纳西斯的6艘货轮在一夜之间从一堆废铁变成了摇钱树。到二战结束时，他已经成了腰缠万贯的一代船王了。

二战结束后，船主们再次陷入了巨大的恐慌之中，大战留下的隐患势必会再次引发更大的经济危机。但奥纳西斯还是沉着冷静，他预见到二战后，经济一定会进入一个飞速发展的时期，而经济的突飞猛进，必然会刺激能源工业，尤其是石油工业的发展。

于是，奥纳西斯果断地大力投资石油运输，并成功地与沙特国王签订了“吉达协定”，

成立了沙特阿拉伯油田开采船海尼有限公司。这样，奥纳西斯顺利地拥有了从沙特油田开采的石油运输垄断权，这为他带来了源源不断的财富，并最终奠定了他的成功之路。

由此可见，创造财富是一件很困难的事情，只有那些不畏艰苦，坚定不移地追求自己的梦想的人才能最终实现自己的目标。

人，很多时候都是在自己吓唬自己。这个世界上，最强大的恐怖分子其实不是别人，也不是所谓的困难或挫折，而是我们自己。同样的道理，这个世界上最伟大的力量，不是来自于别人，也不是困难或挫折，而来自于我们自己。作好选择，最终会形成不同的人生之路，强者或弱者，成功者或失败者，往往只在一念之间。无论遇到什么困难，只要我们保持一颗

坚定的心，用积极的心态去面对，抛弃自己的懦弱和悲观，就一定能走向成功。

走到别人前面去

幸运之神从来不会辜负每一个为理想而努力的人！

“世界景泰蓝大王”陈玉书说：“致富的秘诀，在于‘大胆创新、眼光独到’八个大字。”石油大王约翰·洛克菲勒说：“如果你要成功，你应该朝着新的道路前进，不要跟随被踩烂了的成功之路。”

在这个竞争激烈的社会，只有不断地创新、求新才能获得进一步的发展，创新也是企业立于不败之地的重要途径。对众多成功企业

的调查结果显示：只有创新，才能最大限度地降低生产成本，提高产品品质，否则只能落得被社会淘汰的地步。

美国有一家生产牙膏的公司，产品优良，包装精美，深受消费者的喜爱，每年的营业额都蒸蒸日上。

记录显示，该公司前十年里每年的营业额增长率为10%～20%，这令董事部雀跃万分。不过，从第十一年开始，该公司的业绩不断减少，到第十二年时则完全停滞不前，每个月都维持一样的数字。对此，董事部颇为不满，于是召开了全国经理级高层会议，以商讨对策。

在会议中，一名年轻经理站了起来，扬了扬手中的一张纸对董事部说："我有个建议，如果您采用了我的建议，必须另外付我5万元！"

总裁听了生气地说：“我每个月都支付你薪水，还有奖金，现在让你来开会讨论，你还另外要求5万元，这是不是太过分了？”

“总裁先生，请您别误会。如果我的建议行不通，您可以把它丢弃，一毛钱也不必付。”年轻的经理解释说。

“好！”总裁接过那张纸后，阅毕，马上签了一张5万元的支票给那位年轻的经理。那张纸上只写了一句话：将现有的牙膏开口扩大1毫米。

总裁马上下令更换新的包装，不久，该公司的业绩又不断增加。

试想，每天早上，每个消费者多用1毫米的牙膏，每天牙膏的消费量将多出多少倍呢？这

个决定，使该公司第十四年的营业额增加了32%。

很多时候，创新就是这么简单。当然，创新不能不劳而获，它是建立在丰富的经验和想象力的基础之上的。在致富的过程中，创新是一个必不可少的因素。一个人如果没有创意，缺乏创新意识，就会永远与财神失之交臂，只能甘于贫穷；一个企业如果没有创新精神，就会止步不前，最终落得失败的下场。因此，要想致富，想实现自己的理想，就必须敢为天下先，想他人之未所想，做他人之未所做。

《泰晤士报》是英国的一份全国发行的综合性日报，是一份对全球政治、经济、文化发挥巨大影响力的报纸。但在报纸创设之初，也遇到了很大的困难，不仅没有如今这么大的名

气，甚至还年年亏损。这一切直到小约翰·沃尔特开始全面主持报纸的工作才结束。那么，小约翰·沃尔特是怎样使报纸起死回生的呢？

那时，还没有一份报纸敢尝试着引导公众舆论，也没有形成自己的特色，因此无论是从内容还是从版式设计上看起来都令人乏味。这位年轻的编辑一上任就对报纸进行了大刀阔斧的改革，引进了先进的办报理念，其主要措施有以下几点：首先，在经营方面，完全断绝与政府的联系，依靠广告和发行收入维持经营，实现自立。其次，在报道方面，大量刊登国内外要闻，派遣干练的记者奔赴国内外热点地区采访，从而获得独家新闻。1815年拿破仑大败滑铁卢的消息就是由《泰晤士报》最先报道的。再次，在言论方面，崇尚独立，通过遍布全国的记者网了解各基层的情况，以此作为评

论依据，逐步发展成为舆论界的重要力量。最后，在技术方面，重视新技术，率先采用蒸汽印刷机、轮转印刷机，不断提高印刷质量和速度。

那时，很多人都以为《泰晤士报》很快就会完蛋，他们坚信小约翰会把报纸送上不归路，并且还会毁掉他自己。为了拯救报纸，很多人向小约翰提出了意见，甚至警告他，让他停止自己的所作所为，甚至还威胁他，但他毫不畏惧，仍然坚持自己的做法。

出人意料的是，小约翰的坚持和努力得到了丰厚的回报。在小约翰的努力下，《泰晤士报》成了当时英国首屈一指的大报。

在发行量剧增的情况下，人们担心的事情发生了。报纸中很多抨击时政、攻击政府的内

容激怒了政府，并且很多外国文件在国外就已经被截留了，报纸和小约翰似乎都陷入了绝境。尽管如此，小约翰仍然坚持不退缩。凭着创新和进取的精神，《泰晤士报》最终成了极具世界影响力的报纸。到1847年小约翰去世时，《泰晤士报》的发行量已达三万多份，超过了伦敦其他大报发行量的总和。

创新不是某一类人的专利，也不是每个人都能创新。很多一事无成的人看到别人的成就，往往只是一味地羡慕甚至嫉妒，抑或怨天尤人。但事实上，这个世界上从来没有一个人能轻轻松松地成功，每个成功者都付出了巨大的心血和努力。所以，如果你要生财，要成功，就大胆地发挥自己的想象力，去创新吧。记住：幸运之神从来不会辜负每一个为理想而努力的人！

知足常乐任逍遥

知足是一种处世态度，常乐则是一种悠然自得的情怀。

相信大家都阅读过陶渊明的《桃花源记》，一定会对其中过着隐居的生活，悠闲自在的古人印象深刻。根据陶渊明的描述，生活在这里的人，日更而作，日落而息，尊老爱幼，相亲相爱。这样的生活恐怕我们每个人都很向往，但从古至今，又有几个人能真正享受到这种美好的生活呢？

俗话说："知足常乐。"话虽如此，但世间有几个人能真正做到无欲无求，知足常乐呢？

从前，城里住着一位大财主，他拥有十多间店铺，乡下有几百亩出租的田地，又有几百

头牛羊，还有十多艘捕鱼船，简直是腰缠万贯。他隔壁有一间小木屋，住户的主人以理发为生，名字叫张三。尽管如此，财主整天都在为生意而忧心，从来没有感到快乐。为此，他经常坐立不安，有时甚至茶饭不思，经常睡不着，久而久之，他患上了严重的精神抑郁症。而他的邻居张三是个30多岁却仍然孑然一身的人，每天只能赚到几块钱的理发钱。虽然他的生活比较清苦，但依然能维持日常的生活，因此他无忧无虑，生活得十分潇洒，每天晚饭后还会在小木屋里放声歌唱。第二天天一亮，他又开始了快乐的生活。

财主可能是因为过分忧虑生意上的利润，也可能是因为张三晚上唱歌的声音太大了，他更加难以入睡。一天早上，财主叫掌柜的过来，问道："隔壁的'剃头张'又没钱，又没妻

儿，为什么每天都那么开心，每天晚上都在唱歌呢？而我这么有钱却快乐不起来？”掌柜微笑着对财主说：“因为他知足，所以他常乐！”财主听后沉默了一会儿点了点头，然后对掌柜说：“怎样才能让‘剃头张’不再唱歌了？”掌柜微笑着答道：“这很容易，只要你能借给他十两银子就可以了。”“那你明天就借十两银子给他，这件事交给你了。”财主说完就走了。

第二天中午，掌柜借口到张三的理发店刮胡子，跟张三聊了一会儿后就特意问道：“张三，你剃了二十多年头，仍然赚不了多少钱，到现在还没成家，怎么不改行去做一些小生意呢？”张三笑着对掌柜说：“我每天只能赚‘几个银钱’的理发钱，哪有本钱去做生意呢！”“那你想不想做生意？”掌柜认真地问张三。张三说：“我想，但的确是没有本钱！”“如果你想做

生意，我可以帮你向我老板借十两银子给你做本钱，利息比别人借钱的稍低一点。”掌柜胸有成竹地对张三说。张三喜出望外，很快就接受了掌柜的建议，他们约定在第二天早上见面。

这天晚上张三特别激动，他想：借到了这十两银子后可以去做生意，以后赚很多的钱，有了钱可以盖房子，可以成家，以后有人做家务了，还可以让她生儿育女，传宗接代……想着想着……张三彻夜难眠，他干脆不睡觉了，一直唱歌唱到天亮。

第二天天还没亮，张三就到财主店铺的门口等待开门。直到8点多，财主的店铺才开门，他马上进去找掌柜，掌柜也爽快地帮他办完了借款手续，然后拿了十两银子给张三。从这天上午开始，张三真的不理发了，白天他连门都

不开了。也就是从这个晚上开始，张三的小木屋再也没有了嘹亮的歌声。而财主这天晚上也好奇地找掌柜一起到张三小木屋隔壁的墙边，听张三是否还会唱歌。他们听了很久都没听到张三唱歌的声音，于是互相递了一个眼色，然后大笑着回去睡觉了。不知道财主是因为真明白了“知足常乐”的道理，还是妒忌张三快乐的心态取得了胜利？从这天晚上开始，他也渐渐地可以入睡了。

十天后的一个晚上，掌柜又到张三的小木屋里找张三聊天。掌柜说：“张三，这段时间怎么没听到你唱歌呢？”张三苦恼地说：“唉！自从你借那十两银子给我之后，我真的不知道用来做什么生意才好？钱不多，我也不懂生意行情，到期后又要归还本息，以后真是不知怎么办。现在真烦死我了！哪还有心情唱歌

呢？”“哈哈哈！”掌柜听后捧腹大笑，得意地走出了张三的屋子。

从这个故事中我们可以看出来：财主本来应该是快乐的，却因为他不知足而得不到快乐；张三本来生活艰苦，但他能知足自乐，因此每天都很快乐，但往往因为心态的改变，整个人的状态也会改变。因此，世间之事，贫穷之分，悲欢之别，往往只是因为人们的心态，那就是不知足。

事实上，知足是一种处世态度，常乐则是一种悠然自得的情怀。知足常乐，对事，就是坦然面对，欣然接受；对情，坚定忠贞，相濡以沫；对物，能从下里巴人的作品中读出阳春白雪的高雅。很多时候，知足常乐包含在平平淡淡才是真的意境之中，真正做到知足常乐，

人生才能多一份宁静，多一份从容，这样的人生才能快乐、美好。

当然，知足常乐不是要我们只满足于过去取得的成绩而止步不前，而是要分析成功的原因，然后乐于进取，勇于开拓，为以后取得更大的成功鼓足勇气，奠定坚实的基础。

第十二章 健康生活——求医不如求自己

人生路漫漫，有坦途也有坎坷，有逆境也有顺境。面对着充满挑战的人生，我们需要不断地挣脱束缚、超越自我，寻找到自己的幸福和快乐。而想要实现自己的美好愿望，必须拥有健康作保证。这不仅指身体上的健康，也包括心理上的健康。世上并没有万能的健康秘方，但只要热爱生命，积极生活，并且养成良好的生活习惯，就一定能走出自己的健康之路。只要我们保持健康、积极、乐观的心态去面对困难和束缚，终究会打造出属于自己的一片天空。

学会善待自己的身体

世间没有一样东西比我们的身体更为宝贵，生命只有一次。

有许多人不知自爱，常常在无意识中伤害自己、欺骗自己。他们外出办事时，总是饮食无定，有时竟一点东西都不吃，就是吃也不按照正常的时间。他们还总剥夺自己睡眠和休息娱乐的时间。由于他们经常摧残自己的身体，所以，不到40岁，有的人头发就已经渐白，身体已经显现出衰老的样子。他们竟然不懂得，要实现自己的雄心和壮志，需要相应的体力与之配合。所以，一个人对自己的体力和精力切不可随意消耗，对自己的身体尤其要注意保

养。

“工欲善其事，必先利其器。”如果理发师用发钝的剃刀来理发，一定不会有顾客光临；如果木匠用钝了的斧子、锯来工作，一定不会制造出优美的器具来。

许多人具有超群的天赋，却最终只获得了微不足道的成功，就因为他们不善于保养自己身体这部机器。许多人到了晚年感到失望，甚至连年轻时的希望的1%也不能达到，就是因为他们没好好保养自己的身体，所以也就毁灭了成功的可能，因为身体的原因使自己的生命光芒黯淡。

如果能够根据自己身体上的需要，给予适当的饮食、充足的休息、新鲜的空气和阳光，就能为人体这部机器的正常运转提供能量。

在饮食和生活起居上，如果我们能应用养生常识，过一种简单、有规律、有节制的生活，那么我们永远都不需要服药。但我们当中有很多人，往往过着一种违背生活规律的、有损身体健康的生活。

很多人为了节省金钱，不重视补充营养。他们往往很匆促地吞一块三明治，喝一杯牛奶，便算解决午饭问题，他们以为这样既节省时间，又节省金钱。殊不知，如果他们能放下手中的工作，认真地吃一顿有营养的午餐，然后再休息片刻，使身体能对食物进行充分的消化吸收，这才会大有裨益，这样做才是真正的“合算”。

上述那种节省的情形，不但没有节省，反而是一种最坏的浪费。一个人最经济合算的做

法，就是要积蓄大量的体力和精力，作为获取成功的资本。一个人剥夺能给予我们生命力、体力与智力的食物和休息，无异于把一只能产金蛋的鹅杀死了。

世间没有一样东西比我们的身体更为宝贵，生命只有一次。健康的身体能够促进人们在工作上的努力，使得人们不断进步。许多人因为没有善待自己的身体，致使自己的身体机能减弱、能力丧失。

许多人在开始做事的时候，都储藏着大量的体力。但由于对自己身体的疏忽和不加重视，使得贮藏的力量浪费无度，最终事业得不到成功。

睡眠和营养的不足、户外运动的缺乏、工作过度，凡此种种，都是减弱体力、损害身体

的主要原因。

还有许多人的精力，浪费在愤怒、忧虑、怨恨以及琐碎的事情上。甚至有的人在愤怒、忧虑、怨恨和琐碎事情上所耗费的精力，比在正经事上消耗的体力还要多。

如果你有志于成功，你就必须让自己保持充足的体力，把充沛的体力用在必要的事情上，一步一步迈向成功。

许多人具有超群的天赋，也拥有难得的机遇，却没获得最终的成功，很大原因就是他们不善于保养自己身体这部机器，不能拼到最后，这也是最大的遗憾。

时刻珍视自身的健康

体力与精力为任何事业成功的基石，欲成大事者，必先珍惜自己的体力和精力。

工作的效能是获得成功的一大要素，而体力和精力都是增进工作效能的资本，所以千万不要轻易浪费。与浪费金钱相比，浪费宝贵的体力和精力更为可惜。因为浪费了体力和精力，等于丧失了努力的机会，甚至等于慢性自杀。

有些人很谨慎地保护家里的钢琴，使得钢琴音律很准。但是，他们却从不肯费些精力去保护他们自己的身体，使身体的各个部分不致损坏。如果他们身体这部活的乐器已经从根本上被损坏，他们又想靠这部活的乐器来弹奏人生的大乐章，则他们所能发出的往往就只是混乱不堪的杂音。

人生的第一要事，就是要发展自己的力量，保持自己的精力，维持自己的健康，为将来可能出现的一切事情作好充分的准备，这是每一个人的神圣职责。

我们经常可以看到一些青年，终日为着平凡的工作而劳碌。以他们的才能，的确能做成大事，但是实际上为何干着这种平凡琐碎的工作呢？一个重要原因就是，他们缺乏旺盛的生命力和充沛的精力，这样就难以克服前进道路上的艰难险阻，无法在成功的阶梯上继续迈进。

一个人要充分发展自己的能力，第一个条件便是自尊。“一个人心中怎样想他自己，他就会成为一个怎样的人。”一个人心里的一切意念，都可由他的身体表达出来。如果立志要做

个非同寻常的人，那么在思想上和行动上，就不能再有卑微怯懦的表现。

在各行各业中，处处可以看到一些雇员，过着一种醉生梦死、花天酒地的生活，可以说他们生活在错误里，有人还产生了卑鄙的思想，沾染了种种恶习，实际上在他们的身体里充满着有害的细胞，难怪终其一生也发挥不出伟大的力量来。

有些人平时把体力和精力白白地浪费，等到有利的机会来临时，他们往往又缺少勇气和自信，只是表现出颤栗、怀疑和胆怯，这是导致失败的直接原因。

只有少数人懂得身体健康的重要性，他们像保护一部无价的机器一样保护自己的身体。

在人体中，消化器官的作用在于供给全身动力，但好多人无法使自己的消化器官正常工作。很多的消化力，都浪费在消化各种不是身体所必需的食物上；另外有一些人，不吃富有营养的食物，因此面黄肌瘦，就像不得饱食的饥民。

还有好多人操劳过度，由于终日忙碌，竟然连休息和娱乐的时间也没有，这对于身体无疑是有害的。

一个有才能的人如果不能使其才能发挥出来，这些才能就会失去意义。而有了才能又想使之充分发挥，就一定得有充足的精力和强健的体力。如果身体羸弱、精神疲惫，那么便无法发挥出应有的才能。

有些作家的作品淡而无味，无法引起读者

的兴趣，这往往是由于作者的身体羸弱、精神委靡。一位传教士在讲道时若不能获得听众的注意，也往往是因为他措辞缺少力量和生气，究其原因，也是由于他缺乏强健的体魄和旺盛的精力。一位教师在授课的时候不能引起学生们的注意，也很可能是因为他缺乏勃勃生机和热忱。一个人的精力衰败、身体羸弱，这都是平日不善保养身体的缘故。

体力与精力为任何事业成功的基石，欲成就大事者，必先珍惜自己的体力和精力。一切工作都应劳逸结合，这不仅有助于保养身体，还会提高工作的效率。另外，一个舒适快乐的家庭对一个人的体力和精力也是一种极大的保证。

无论做什么，都应慎用体力和精力，要持

之以恒，就像溺在海里的人，紧抱着漂流在水面的木杆一样。人人都应懂得，体力和精力是获得成功的资本，有了强健的体力、充沛的精力，即便赤贫如洗，也比那些拥有财富而把体力和精力消耗干净的人富裕得多。与人的体力和精力相比，黄金钻石便是一堆无用的废物；至于房屋地产，更不能与人的体力精力相提并论。

让心灵沐浴快乐的阳光

去掉痛苦就显不出快乐了。问题是，不要让墨点遮住你的眼睛。

人有七情：喜、怒、忧、思、悲、恐、惊。生活当中七情过度可使人生病，心理脆弱多疑者也容易患病，很多看似生理方面的疾病

其实主要是由心理方面引起的。对于这种病人，单用药物治疗，往往不能见效。最好的治疗方法是让心灵沐浴快乐的阳光。

英国著名化学家法拉第，由于长期处于紧张的工作中，患上了头痛、失眠等症，经过多年医治，未能根除，健康每况愈下。后来，他请了一位高明的医师，经详细询问和检查，医师给他开了一张奇怪的处方，没写药名，只写了一句谚语：“一个小丑进城，胜过一打医生。”

开始法拉第百思不解，后来逐渐悟出了其中的道理，便决心不再打针吃药，而是经常到马戏团看小丑表演，每次都是大笑而归。从此他的紧张情绪逐渐松弛，不久，头痛、失眠的症状也消失了。

快乐是来自心灵深处的一种幸福感的流露。快乐纯粹是发自内心的，它的产生不是由于事物，而是由于不受环境拘束的个人举动所产生的观念、思想与态度。快乐时，人们能想得更好，做得更佳，感觉更舒服，身体更健康，甚至身体的感官更敏锐。快乐时，也可以使别人受你的感染而变得身心愉快。

有个人家中挂了一幅画，这幅画是一张白纸，上面画有一滴墨点，一位客人进来看到了，奇怪地问："你们家怎么把墨点挂在墙上？"

这人笑答："这幅画的名字叫快乐，整张白纸都写满快乐，墨点只表示一点点痛苦。"

客人又问："去掉墨点，不就都变成快乐了吗？"这人说："去掉痛苦就显不出快乐了。问

题是，不要让墨点遮住你的眼睛。”

有些科学家的研究还表明，欢乐和笑能刺激脑部产生一种使人兴奋的荷尔蒙。它一方面能促使身体增加抵御疾病的能力，另一方面还能刺激人体分泌一种名叫“因多芬”的物质，这是人体自然的镇静剂。这样，关节炎、某些创伤所引起的痛苦，都会因此而有所减轻。

笑是一种运动，它可以防病、治病。人们在笑声中，呼吸运动加深。肺脏扩张，呼吸系统通过震动把废物清除出去。人们在笑声中，胃的体积缩小，胃壁的张力加大，位置升高，消化液分泌增多，消化功能增强。人们在笑声中，心跳加快，血流速度加快，面部和眼球血流供应充分，从而面颊红润，眼睛明亮，容光焕发。更重要的是，笑能使人的烦恼顿时消

除，内疚抑郁等不良心境得到调节，紧张的神经也随着欢笑而松弛。

笑是一种精神保健操，专家研究表明，三分钟的笑，相当于十五分钟的体操。笑是一种天然的镇静剂，它可以缓解人的紧张情绪，焕发精神，消除疲劳。笑是一种天然的麻醉剂，它可以减轻人们的头痛、腰背痛。

快乐是一种理想的养生法，具有有效的调节功能，欢快的生活方式能增强人的社会适应能力和防病抗病能力，使人生在一种紧凑而轻松的氛围中平稳地度过。尤其是配合人们的药物治疗可以收到事半功倍的效果。

的确，没有人能随时感到快乐。对于烦恼、小挫折，人们很可能习惯性地出现暴躁、不满、懊悔与不安，这样的反应已经“练习”了

很久，所以成了一种习惯。这种不快乐反应的产生，大部分是由于把它解释为“对自尊的打击”等这类原因。

萧伯纳曾说道；“如果我们感到可怜，很可能会一直感到可怜。”对于日常生活中使人不快乐的那些众多琐事与环境，可以由思考使自己感到快乐。把快乐当成一种习惯，你就可以成为情绪的主人而不是奴隶，快乐的习惯可使一个人不受外在环境的支配。

当提到改变习惯的行动或采取自动自发的新行动时，许多人都会畏缩起来，把“习惯”与“癖好”混为一谈；其实癖好是使人有压迫感的一种习惯，而且会引起严重的退缩现象。

非常类似的是，人们的态度、情绪、信仰也很易于习惯化。过去“学到”某种态度（也就

是感觉、思想的方法）“适合”于某种情况；当遇到自己所认为的“相同情况”时，也能以同样的方法来思考、感觉与行动。

习惯上你先穿右脚或左脚的鞋；习惯上你系鞋带是先系右边的带子，后系左边的带子，或许正好相反。明天早上注意你习惯怎么穿、怎么系，然后决定在二十一天内改变先穿另一只鞋子，并且用另外一种方法系鞋带。每天也利用这种简单方法时时提醒自己，改变其他的习惯性思考、感觉与行动，同时对自己说：“我正以一种新的、好的方式开始今天的日子。”

让自己常常感到快乐，这样生命才会更有意义。

俗话说：“笑一笑，十年少。”的确，经常保持愉快的心情，笑口常开，是大大有益于身

心健康的。

培养良好的饮食习惯

民以食为天。只有拥有良好的饮食习惯，才能拥有健康的体魄。

民以食为天。解决温饱之后，人们对于各种美味中所隐藏的神奇奥妙愈加关注。为了从日常饮食中获取更多的营养，或是改变自身的健康难题，人们开始对食物越来越挑剔，越来越苛求，因为一分一厘的取舍对于我们来说都至关重要，直接影响着人类的健康。

只有身体的健康，只有人的自身存在，才可能谈到其他层面上的问题，“管理自我”才有了根基。试想，连你自己都不存在了或者说存

在的状况和条件不好，你还可能有心情、有情绪去关心是否成功，是否管理好自我了吗？所以，人的一切情感和精神需要都来自于物质载体的发展。

可是，正因为物质财富的增多，当我们正在为可以吃到很多种类的食物而高兴和欣喜时，却已经出现了其他让我们担忧的问题了。经常听到的是“我最喜欢吃什么”、“我最不喜欢吃什么”，选择也就意味着只选择自己喜欢的，不选择不喜欢的。而喜欢与否通常只是情感上的非理性的思考，可能取决于食物的颜色、口感甚至是形状，却很少是因为它的营养丰富或者对身体很有好处。

所以，现实中出现了特别多的反面例子，就是因为饮食太过于任性和自由而忽略了身体

的需要和健康的维持。所以，我们必须重视这个情况，培养好的饮食习惯，让我们的选择更趋向于身体的健康。

每一种食物，不管它含有多少营养，但只要经过一次加工过程，它的营养就会丧失一些，加工过程越多，所丧失的营养也越多，当它们被装进设计精美的包装袋里，再陈列到超市的货品柜上时，它们所含的各种营养成分已经所剩无几了。

那么如何选择真正健康的食品呢？这里介绍三个原则，可供大家参考一下：

1.尽量选择低热量、低脂肪和低胆固醇的早餐。经过一个晚上的休息，身体处于一种饥饿状态，摄入的热量会比较多，因而用高热量、高脂肪或高胆固醇的东西去刺激这个时间的

胃，是没有好处的。

2.蔬菜和水果都要吃最新鲜的，而且尽量要保持它们的原味，食用原汁原味的它们，才不会破坏其中的营养结构和营养含量。我们知道，很多食物会因为加工不当，把原来有利的物质变为对身体有害的物质，反而害了自己。

3.尽量减少肉摄入量。肉中所含的脂肪、蛋白质等是引起很多疾病的因素，适当的减少摄入量是很有利的，也可通过其他途径来补回在这里所失去的营养。

重新审视一下你的菜单和你日常的饮食习惯，需要注意的是把它们同你现在的健康状况联系起来，想想各种你喜爱的食物在你的身体需要中到底占有怎样的位置和起着什么作用，然后你就可以科学地安排自己的饮食了。

也有调查表示，一天吃两顿饭最有利于健康。俄罗斯有句谚语：“自己吃早餐，一起享用午餐，把晚餐留给敌人。”实际上这是在告诉人们一日三餐怎么吃才健康。

一天吃两餐是建立在人体生理特点基础上的。人体必须等胃把所有食物消化完，再次产生饥饿感的时候才能进餐。食物通常在胃里停留6~8小时，这就意味着，两次进餐时间必须间隔8~10个小时左右。每天吃两顿饭可以让胃得到充分的休息，并为进行下一次消化作准备：储存酶、分泌黏液、修复胃黏膜、恢复消化系统的收缩功能。

当胃在消化食物，特别是富含蛋白质的食物时，细胞会产生很多盐酸、黏液和胃酶。虽然这些都是分解蛋白质等化合物的主要成分，

但是它们会对胃壁造成损害。因此，与其他消化器官相比，胃需要休息更长的时间。

人体会自动调整以适应不同的就餐习惯。任何细微的变化都会让人体产生排斥或不适感。一般来说，一个人需要3个月时间来适应新的就餐习惯。

生理学家认为完美的摄取食物时间应该是这样的：上午7点到10点吃早餐。第二次就餐时间最好在6个小时以后，即下午1点到3点。

众说纷纭，然而怎样使饮食更加科学以有利于健康，这其中大有文章可做。首先必须纠正平时我们早已接纳甚至依赖的某些不良的饮食习惯。所谓病从口入，一般是指吃、喝进了不干净、含病原体、变质、有毒的食物、水或饮料等而致病，如吃错东西、食物中毒、酗酒

等。有些食物，如花生、大米因置放时间过久及保管不当，导致霉变产生黄曲霉素，人吃了就会患病，甚至有致癌的危险。从广义上来说，病从口入也同时反映一个人的饮食习惯问题。比如孩子吃饭时注意力不集中，囫囵吞枣，常常让骨头刺伤食道；没有经过缓慢咀嚼吞下去的东西引起腹胀、消化不良，也可导致疾病。

改变不良饮食习惯对健康大有好处，但做起来并不容易，因为习惯成自然，积习久之，积重难返，要下点决心才行。在培养良好饮食习惯的同时，对原来不良的习惯应有所认识，然后改变、改善。唯有这样，才能拥有一个健康的体魄。

选择良好的生活习惯

健康有其规律性，养成良好的生活习惯是保持健康的前提之一。

虽说世间没有一把万能的健康钥匙，也没有一张放之四海皆准的长寿秘方，但我们应该热爱生命，积极生活，并且养成良好的生活习惯，走出自己的健康之路。

从健康角度讲，健康的良好状态是指人的身体上、精神上、情感上、信仰上、社会环境和生活规律上的状况良好，包含了人类所有生存因素上的健康，也指生命质量和生活习惯的状况良好。

健康，一般年轻力壮的人并不太注意。只有得了一场严重疾病或人到中年，才会意识到健康重要。但往往健康已受到损害或潜在的威胁。虽“亡羊补牢，犹未迟也”，总不如未雨绸

缪早预防的好。

“健康是人生第一财富”是爱默生的感悟。我国著名教育家陶行知说过：“健康是人生的一个重要目的，也是学问的一个重要目的。学生是学习人生之道的人，学习厚生则可，学习伤生是断断乎不可的。”“我深信健康是生活的出发点，也是教育的出发点。”

现代学者梁实秋先生认为：“健康的身体是做人做事的真正的本钱。”这些观点是深刻的，也是很现实的。纵然你有经天纬地的超世之才或气吞山河的宏图大志，如没有一个健康的身体，一切都将枉然。我们强调为国家、为民族创业绩、作贡献，并不是提倡人们不要健康，甚至去做无谓的牺牲。一个人一旦为国家、为民族作出了贡献，他的生命就不再完全属于个

人，而是同国家、同民族休戚相关的。英年早逝的著名作家路遥的几位朋友在痛惜之余，说了这样一段话：即使是一项伟大而紧迫的事业，在完成它的时候也要量力而行，不可太急太紧，在太甚太重的繁忙中马虎了自己。因为过分负荷的劳伤，过量超常规的消耗，会导致丢失自己，也断了千百万人的期盼。

　　健康养生是中华民族文化瑰宝的重要组成部分。大思想家、教育家孔子不仅在这方面多有论述，而且身体力行，在当时物质医疗条件都十分落后的条件下，他能活到73岁，可算得上是“古来稀”了。他的养生之道主要是动静结合，生活有节。具体表现为：保持精神乐观；重视体育锻炼；讲究饮食卫生；坚持生活有节。随着时间的推移，现代文明使人们的物质生活大为改善，这也许是古人们不曾估计到

的。但是，物质生活的优裕，医疗条件逐步好转，并不等于健康。人类正经受着新的环境问题引发的各种疾病和死亡的考验。我们必须足够重视自身的健康问题，然而，生活广阔无边，人生多姿多彩，健康受多种因素所制约。世间没有一把万能的健康钥匙，也没有一张放之四海皆准的长寿秘方。人生要求我们：热爱生命，积极生活，勇敢地去寻找适合自己的生活方式，探索自己的健康之路。

生活习惯是影响人们健康的重要因素。世界卫生组织曾公布一份研究报告表明，工业化国家将有75%的人死于与生活方式有关的疾病，如癌症、心血管病、呼吸系统疾病等。在发展中国家，导致死亡的原因不仅仅是传染病和遗传病，而且还有与生活不良习惯有关的疾病，如吸烟、过于肥胖、缺乏锻炼、精神紧张

和吃不卫生的食品。不良生活习惯导致疾病已经成为影响世界人民健康的第一大问题。

科学研究发现，有10种生活习性或习惯最有害于健康：

1.嗜烟如命；

2.心胸极度狭窄、嫉妒成性、动不动大发脾气、极具报复心；

3.经常酗酒；

4.个人生活规律无常，根本不讲养生之道；

5.生一点小病，就吃药，一年里打针吃药不计其数；

6.有了毛病硬撑，不诊治，听之任之；

7.性生活无节制，纵欲过度；

8.整天心神忧郁不振，闷闷不乐或悲喜过度，对任何事情都不感兴趣；

9.没有一个朋友；

10.从不参加任何体育活动。

可见，养成一个好的生活习惯是健康的前提条件之一。这也说明健康掌握在自己手中，虽然人的健康是由先天遗传因素与后天生活方式共同决定的，但某种长期的行为方式，会使遗传因素变质。这需要人用坚强的意志和毅力，去改正陋习，培养符合科学规律和自身情况的生活习惯。敢于并善于同命运抗争，古人云：“我命在我不在天”就是这个道理。恩格斯曾说过：“生命也是存在于物质过程中的不断的

自行产生并自行解决的矛盾，这一矛盾一停止，生命亦即停止，于是死亡就到来了。”所以，要想有一个健康的体魄，只有自爱自立，调动自身内部的积极性，这是别人无法替代的。

健康有其规律性。世间万事万物，都有其内在不可抗拒的规律。如地球围绕太阳公转，缘于二者适度的距离，适度的引力，适度的质能转换比例。再如，树木花草的各种对称、动物身体的左右对称，无论直立着的挺拔粗壮，还是运动中的敏捷矫健，都处于力的平衡和协调中。细细分析，原来这简单的，或复杂的生命都共同遵循着在短和长的不断变化中，保持对称与平衡的规则。

长期以来，人们对于这些自然法则自觉或

不自觉地遵守着，因而，保证了社会的发展、种族的延续。当然，如果人们都自觉运用这些规律指导生活，那么，人类整体的健康水平会有一个大的提高。遵循养生之道，从小就得在各方面注意，因为这是打基础的时期，切忌过分劳思或受硬伤。人的衰老总是从头、脚两端开始。根据这个道理，每天临睡前用热水泡脚，再搓脚心，以加速血液循环、阳气上升。

健康概念就是你要对自己的生活有一个正确的理解，在崭新的健康知识基础上建立起自我保健、良好的生活方式和习惯，你就能够远离疾病，健康、长寿、幸福。

保持适当适时的运动

运动能使人保持旺盛的活力，生命在于运

动。

生命在于运动，因为运动有益健康。尤其是在大都市，生活节奏紧张，竞争激烈，人们整天忙碌于工作、学习、人际交往、家庭事务之中，并且交通工具发达，高楼林立，出门有汽车、地铁、轻轨，上楼有电梯，以交通工具代替走路，以电梯代替上楼的现象已很普遍，很多人就忽略了运动对保持和促进健康的重要性。

于是，由于缺少运动所导致的非健康因素、亚健康状态、各种疾病日益显现出来。为此，提醒大家运动对健康是非常必要的。千万不要忘记进行科学适宜的运动，它可以使我们生活得健康、美丽、幸福、长寿，并且远离疾病。

世界卫生组织提供的数据显示，全球因缺乏运动而导致的死亡人数每年超过二百万，长期不运动，会使身体的免疫能力下降，某些疾病和病毒不能得到有效免疫而诱发猝死。此外，如果小孩不进行足够多的体育锻炼的话，他们的大脑发育也不会很好，这会直接影响到孩子的智力水平。

有医学研究表明，运动锻炼，特别是有氧运动，可以提高心血管血液的输出量，增强心肌的收缩力，改善全身的血液供给。全身的血管也在运动中得到有节奏地收缩和扩张，弹性增强，减少动脉硬化；虽然在运动中心脏为了使身体得到足够的血液供应，心跳加快，以便在单位时间内搏出更多的血，但是当运动停止以后，心跳反而比正常慢，而这种慢心率对健康长寿大有益处。再则运动需要消耗能量，促

进脂肪的燃烧和利用，因而可避免肥胖和高脂血症，也就减少了心血管疾病的危险性。

除此之外，经常适当的运动还有以下益处：

1.体育锻炼有利于人体骨骼、肌肉的生长，增强心肺功能，改善血液循环系统、呼吸系统、消化系统的机能状况，有利于人体的生长发育，提高抗病能力，增强有机体的适应能力。

2.体育锻炼是增强体质的最积极、有效的手段之一。可延缓人体衰老，大大减少患上心脏病、高血压、糖尿病等疾病的概率。

3.体育锻炼能改善神经系统的调节功能，提高神经系统对人体活动时错综复杂变化的判断

能力，并及时作出协调、准确、迅速的反应；使人体适应内外环境的变化，保持机体生命活动的正常进行。

4.体育锻炼具有调节人体紧张情绪的作用，能改善生理和心理状态，恢复体力和精力，使疲劳的身体得到积极的休息，消除疲劳、舒展身心、有助于睡眠，使人精力充沛地投入到学习、工作中。

5.体育锻炼可以陶冶情操，保持健康的心态，充分发挥个体的积极性、创造性和主动性，从而提高自信心和价值观，使个性在融洽的氛围中获得健康、和谐的发展。

运动健身其实也不需要太大的运动量就能达到十分明显的效果，如果我们每天坚持10分钟的散步，则身体状况将大大改善。如果每天

坚持一小时的步行，那么每周可通过体力活动消耗掉2000卡路里的热量，这对人体的健康及寿命是大有裨益的。运动健身贵在坚持，三天打鱼两天晒网是达不到目的的。此外，有氧运动（指和缓的非剧烈的运动）对健身的效果更好，当然也可将有氧运动和无氧运动两者结合起来，不过应根据个人体质选择适当的运动项目和运动量。

有调查显示，过量运动非但没有益处，还会有害人体健康。据说，美国著名排球运动员海曼，中国篮球运动员韩明山，排球运动员朱刚等等，都因超强的运动突然死于运动场上，原因都是心脏猝死。

据运动医学专家研究表明，激烈的、长时间的运动，如跑马拉松时，身体会分泌一种类

似鸦片、有麻醉作用的物质，称为因多芬。它可使人在运动中感觉不到痛苦，尤其会失去心脏病发作的前兆症状———胸部剧痛。故常有长跑者昏倒或心脏病发作的情况发生。另外，免疫系统的淋巴细胞也会在因多芬产生过多时，失去抵制外来病毒的作用，引起免疫功能失调，易引发感冒或癌症等病。此外，激烈过分的运动会产生许多对身体组织和细胞破坏性很大的氧自由基，也是引起细胞衰老和致畸的一个重要原因。还有，剧烈运动会使心跳加快，血压升高，使运动中心脏病发作的危险性大大增加。美国哈佛大学的一项研究报道，如果一个平时少运动的人，突然进行过分的运动，如快速跑步赶火车、汽车、飞机，搬重物上高楼等，这种突然间的过强运动会使心脏病发作的危险性增大6~100倍。

所以我们运动时要量力而行，只有适当适时的运动才会起到维系人体健康的作用。

学会休息，拒绝疲倦

在你感到疲劳之前先休息，这也是保持健康的一个秘诀。

要想维护自身的健康，防止疲劳和忧虑的侵袭，我们应该做到：常常休息，在你感到疲倦以前就休息。

约翰·洛克菲勒创了两项惊人的纪录：他赚到了当时全世界为数最多的财富，也活到98岁。他如何做到这两点的呢？最主要的原因当然是：他家里的人都很长寿；另外一个原因是，他养成了休息的习惯，他每天在办公室里

睡半小时午觉。他会躺在办公室的大沙发上——在睡午觉的时候，哪怕是美国总统打来的电话，他都不接。

在一本名叫《为什么要疲倦》的好书里，丹尼尔·柯西林说：“休息并不是绝对什么事都不做，休息就是修补。”在短短的一点休息时间里，就能有很强的修补能力，即使只打五分钟的瞌睡，也有助于防止疲劳。棒球名将康黎·马克说，每次出赛之前如果不睡一个午觉，到第5局就会觉得精疲力竭了。可是如果他睡午觉的话，哪怕只睡5分钟，也能够赛完全场，一点也不感到疲劳。

爱迪生认为他无穷的精力和耐力，都来自于他随时想睡就睡的习惯。

拿破仑·希尔曾建议好莱坞的一位电影导演

杰克·查纳克试试这种方法，查纳克后来说，这种办法可以产生奇迹。几年前他是米高梅公司短片部的经理，常常感到劳累和精疲力竭。他什么办法都试过，喝矿泉水、吃各种营养药，但对他一点帮助也没有。

两年之后，拿破仑·希尔再见到他的时候，他说："出现奇迹了，这是我医生说的。以前每次我和手下的人谈短片问题的时候，我总是坐在椅子上，非常紧张。现在每次开会的时候，我都是躺在办公室的长沙发上。我现在觉得好多了，每天能多工作2个小时，却很少感到疲劳。"

如何使用这些方法呢？如果你是一位打字员，你就不能像爱迪生或是山姆·高尔温那样，每天在办公室里睡午觉；而如果你是一个会计

员，你也不可能躺在沙发上跟你的老板讨论账目的问题。可是如果你住在一个小城市里，每天回去吃午饭的话，饭后你就可以睡十分钟的午觉。这是马歇尔将军常做的事。在二次大战期间，他觉得指挥美军部队非常忙碌，所以中午必须休息。如果你已经过了50岁，觉得你还忙得连这一点都做不到的话，那么赶快趁早买人寿保险吧。

如果你没有办法在中午睡个午觉，至少要在吃晚饭之前躺下来休息一个小时，这比饭前一杯酒要健康多了。如果你能在下午5点、6点或者7点左右睡1个小时，你就可以在你生活中每天增加一小时的清醒时间。为什么呢？因为晚饭前睡的那1个小时，加上夜里所睡的6个小时——一共是7小时——对你的好处比连续睡8个小时更多。

从事体力劳动的人，如果休息时间多的话，每天就可以做更多的工作。佛德瑞克·泰勒，在贝德汉钢铁公司担任科学管理工程师的时候，就曾以事实证明这件事情。他曾观察过，工人每人每天可以往货车上装大约12吨半的生铁，而通常他们中午时就已经筋疲力尽了。他对所有产生疲劳的因素，作了一次科学研究，认为这些工人不应该每天只能装12吨半的生铁，而应该能装运47吨。照他的计算，他们应该可以做到目前成绩的4倍，而且不会疲劳，只是必须要加以证明。

泰勒选中施密德先生，让他按照秒表的规定时间来工作。有一个工人站在一边拿着一只秒表来指挥施密德：“现在拿起一块生铁，下面坐下休息，现在休息。”

结果怎样呢？别人每天只能装运20吨半的生铁，而施密德每天却能装运到40吨生铁。在佛德瑞克·泰勒在贝德汉钢铁公司工作的那3年里，施密德的工作能力从来没有降低过，他之所以能够做到，是因为他在疲劳之前就有时间休息：每个小时他大约工作26分钟，休息34分钟。他休息的时间要比他工作的时间多——可是他的工作成绩却差不多是其他人的4倍。

不论有多强的意志力，大自然都会强迫一个人睡觉。大自然会让我们可以长时间不吃东西、不喝水，却不会让我们长时间不睡觉。常常休息，按照你自己心脏做事的办法去做——在你感到疲劳之前先休息，然后你每天清醒的时间，就可以多增加一小时，这也是保持健康的一个秘诀。

摆脱心灵的枷锁

摆脱自己的心灵枷锁，你会成功地拥有属于自己的一片天空。

人的一生要走过的路很漫长，而在这漫漫的人生路上，并不都是笔直的大道。这中间我们要遇到许多坎坷与束缚。因而，面对这样的人生，我们需要不断地左冲右突，挣脱束缚，追寻属于自己的幸福和快乐。只要我们保持健康、积极、乐观的心态去面对困难和束缚，终究会打造出属于自己的一片天空。

有这样一个关于大象的故事，讲的就是如果摆脱不了心灵的枷锁，那么即使是一根小小的铁链也能把千斤的大象困住。

一个小孩在看完马戏团精彩的表演后，随

着父亲到帐篷外面拿干草喂刚刚表演完的动物。

这时候小孩注意到有一个大象群，就问父亲："爸爸，大象那么有力气，为什么它们的脚上只系着一条小小的铁链，难道它真的无法挣开那条铁链吗？"

父亲笑了笑，解释道："是的，大象挣不开那条细细的铁链。因为在大象小的时候，驯兽师就是用同样的铁链来系住小象，那时候的小象，力气还不够大，小象起初也想挣开铁链的束缚，可是试过几次之后，知道自己的力气不足以挣开铁链，也就放弃了挣脱的念头。等小象长成大象后，它就甘心受那条铁链的限制，不再想逃脱了。"

正当父亲解说之际，马戏团里失火了，草

料、帐篷等物品都被烧着了，大火迅速蔓延到了动物的休息区。动物们受火势所逼，十分焦躁不安，而大象更是频频跺脚，但仍然挣不开脚上的铁链。

凶猛的火势最终逼近了大象，其中一只大象已被火烧着，疼痛之余，它猛然一抬脚，竟轻易将脚上铁链挣断，于是迅速奔逃到安全的地带。有一两只大象见同伴挣断铁链逃脱，立刻也模仿它的动作，用力挣断铁链。但大部分大象却不肯尝试，只顾不断地焦急地转圈跺脚，最后被大火席卷，无一幸存。

在大象成长的过程中，人类用一条铁链限制了它，即使那样的铁链根本系不住有力的大象，但大象却从未想到过挣脱。这就是人们在大象的心里加了一把枷锁的缘故。而在我们成

长的环境中，是否也有许多肉眼看不见的链条系住了我们？而在不知不觉中，我们也就自然将这些铁链当成习惯，视为理所当然。于是本该属于我们独特的创意就被自己这些习惯抹掉，并开始向环境低头，甚至于开始认命、怨天尤人、安于现状、不思进取。

你愿意静待生命中的大火，甚至甘心被它所席卷，而低头认命？还是立即在心灵上挣开环境的束缚，获得追求成功的自由？其实在这两者之间作出选择并不困难，困难的是我们有没有勇气去打破已有的格局，摆脱心灵的枷锁。

如果你现在觉得自己还没有打破这些枷锁，那么就请看下面的这些枷锁在你身上是否存在。然后再对症下药，给自己的心灵放一把

大火。

第一种类型：一直担心“别人会怎样想”的心灵枷锁。

有的时候，当你想做一件事情的时候，首先想到的不是成功，而是先想到如果失败了“别人将会怎么看？”这是一种最普遍而且最具自我毁灭性的心理状态。这种心态是一种强而有力的枷锁。它不仅会伤害你的创造力和人格，还有可能把你原有的能力破坏殆尽，使你永远只停留在原地。

这里给你推荐一种简单易行的方法，为摆脱这种“别人”式的心灵枷锁，你不妨想一想，首先你要清楚“别人”并不是“先知先觉”，他们往往都是“事后诸葛亮”。然后要时刻提醒自己：走自己的路，让别人去说吧！不要管别人会怎

么想，怎么说。

第二种类型：认为“已为时太晚”的心灵枷锁。

人的一生要经历许多的成功与失败，并不是说成功者就不会失败，往往是越成功的人，他们所经历的失败越多。并且成功没有时间的先后，只要奔着自己的目标努力，无论成功的大小都会有所回报的。然而，许多失败者失败后就觉得再重新拼搏已为时太晚了，无法再创业了，于是对自己的未来完全妥协，逆来顺受地熬日子。试想如果一位30岁的青年做生意亏了本就自认为无法东山再起，一位40岁的寡妇就自认为太老无法再婚，一位10年前破了产的厂长要想重新开始投资就认为时过境迁。那么30岁就否定了自己的未来，40岁的妇女就变得

老态龙钟，10年后再投资就觉得时机不在的人，是否真的如他们所认为的那样就不能再成功呢？

为了解除这种“为时太晚”的枷锁，这里给你一个建议，看看那些社会上的活跃人物，他们不去理会年龄的限制，并下定决心，不断奋斗终究会有新成就。正所谓“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”，成功与年龄无关，重新开始永远为时不晚。

第三种类型：背着“过去错误”的心灵枷锁。

有这么一群人，他们害怕再次尝试，因为他们曾经失败过，受创很深，所谓“一朝被蛇咬，千年怕井绳”。但是，对每一位有志之士来说，他都必须对过去所犯的错误保持正确的哲

学观，从而使他得以再次突破，再创佳绩。如果你能真正的理解“失败是成功之母”的话，那你就不会害怕失败。而如果你把失败看成是成功路上所要学习的一笔财富的话，那么你就不会被失败所打倒。

这种类型的枷锁的解决方法是，你完全不必把“过去的错误”看得太重。其实那根本不能算作失败，只能算是受教育，它能教会你许多事情，使你更加成熟。

第四种类型：担心“注定会失败”的心灵枷锁。

这是一种非常普遍的心理。一旦失败，便将自己初始的动机统统地扼杀。他们不断重复着说：“早知如此，何必当初！”他们因此把自己看得渺小，无法真正透彻地看清自己。

为了摆脱“注定会失败”的枷锁，你不妨保持积极的态度。切莫在不经意中将自己的创新意识抛弃。只要想着我将要成功而不是会失败；我是一个胜利者而非一个失败者，摆脱自己的心灵枷锁，寻找一切能帮助自己成功的方法，你会成功地拥有属于自己的一片天空。

总之，一个人要想身心愉悦、获得健康，并且取得成功，早日实现心中的理想，就必须挣脱以上这些束缚心灵的枷锁。

赶走心中抑郁的阴霾

人生路漫漫，艰难险阻其实是命运的另一种馈赠。

抑郁是一种消极而低落的情绪，人置身其

中就仿佛处在阴暗的围墙之中，无法体味到开朗、洒脱、豁达的人生境界。

一个人若想拥有健康的体魄，就必须从抑郁中走出来。若想改变某些人容易愤怒或急躁的性格，不是十分困难，但是想改变他们抑郁的心理却不是很容易。因为抑郁代表一种消极的意识和自我折磨的心态。情绪控制能力不高者，很难走出抑郁的阴影。

抑郁与伤寒和流感不同，抑郁瓦解了人们的意志，消耗了人们的精力。它不是单一的病症，它有很多种类型，其病型也各不相同。一些人的抑郁是由家庭、人际关系或与社会隔绝等问题所造成的；另一些人的抑郁似乎与他们早期苦难的生活经历有关；还有一些人的抑郁与遗传有关，使得他们具有抑郁的易感性；更

有一些人其抑郁根源于某些生活上的事，诸如失业、住房、贫穷或重大的财产损失问题。当然，人们或许有其中一种或多种问题，因此毫不奇怪，我们对付抑郁，需要各种治疗方法和手段，不过对一个人有效的方法或许对另一个人无效。因此，只有根据你的实际情况出发，才能得到彻底的恢复。

拥有豁达的人生态度，是甩掉抑郁的较好办法。不幸的人只记得不幸的内容，幸福的人则只记得一生中高兴的事。

三伏天，禅院的草地枯黄了一大片。“快撒点草种子吧！好难看啊！”小和尚说。师父挥挥手：“随时！”中秋，师父买了一包草籽，叫小和尚去播种。秋风起，草籽边撒边飘。小和尚喊：“不好了！好多种子都被吹飞了。”师父

说：“没关系，吹走的多半是空的，撒下去也发不了芽。”撒完种子，接着就飞来几只小鸟啄食。小和尚急得喊道：“种子都被鸟吃了！”师父说：“没关系！种子多，吃不完！”半夜一阵急雨，小和尚一大早便冲进禅房说：“师父，这下可完了，好多草籽都被雨冲走了！”师父说：“没关系，冲到哪儿就在哪儿发芽了。”一个星期过去了，原本光秃秃的地面，居然长出许多青翠的草苗。一些原本没有播种的角落，也泛出了绿意。

抑郁的人对日常必须参加的活动会感到力不从心。因此，我们应对这些活动进行合理安排，以使它们能一件一件地完成。以卧床为例，如果躺在床上能使我们感觉好些，躺着无疑是一件好事。但对于抑郁的人来说，事情往往并非这么简单。他们躺在床上，并不是为了

休息或恢复体力，而是一种逃避的方式，因为没有事情可做。我们会为这种逃避而感到内疚、自责。床看起来是安全舒适的地方，然而，长此以往，我们会更加糟糕。因此，最重要的是，努力从床上爬起来，按计划每天做一件积极的事情。

有时，一些抑郁者常常带着这样的念头强制自己起床："起来，你这个懒虫，你怎么能整天躺在这呢？"其实，与之相反的策略也许会有帮助，那就是学会享受床上的时光，每周至少一次，你可以躺在床上看报纸，听收音机，并暗示自己：这多么令人愉快。你应当学会，在告诉自己起床做事情的时候，不再简单地"强迫自己起床"，而是鼓励自己起床。因为躺在那儿想自己所面临的困难，会使自己感觉更糟糕。

对抗抑郁的方式，就是有步骤地制订计划。尽管有些麻烦，但请记住，你正训练自己换一种方式思维。如果你的腿断了，你将会逐渐地给伤腿加力，直至完全康复。有步骤地对抗抑郁也必须是这样的。现在，尽管令人厌倦的事情没有减少，但我们可以计划做一些积极的活动，即那些能给你带来快乐的活动。例如，如果你愿意，你可以坐在花园里看书、外出访友或散步。有时抑郁的人不善于在生活中安排这些活动，他们把全部的时间都用在痛苦的挣扎中，一想到衣服还没洗就跑出来，便会感到内疚。其实，我们需要积极的活动，否则，就会像不断支取银行的存款却不储蓄一样。积极的活动相当于你银行里有存款，哪怕你所从事的活动，只能给你带来丝丝快乐，你都要告诉自己：我的存款又增加了。这样，你

就会拥有一个良好的心态了。

在漫长的旅途中，失意并不可怕，受挫折也无需忧伤。用豁达的态度去迎接它，把艰难险阻当成是人生对你的另一种形式的馈赠，坑坑洼洼也是对你意志的磨砺和考验。有了这种思想，才不会终日郁郁寡欢，才不会觉得人生太压抑。懂得了这一点，我们才能挺起刚劲的脊梁，披着温柔的阳光，找到充满希望的起点。

抑郁者的自责是彻头彻尾的。在不幸事件发生或冲突产生时，他们认为这全是他们自己的错。当我们犯有过错，或仅有一点过错时，我们会出现承担全部责任的倾向。然而，生活事件是各种情境的组合体。当我们抑郁的时候，跳出圈外，找出造成某一事件的所有可能

的原因，会对我们有较大的帮助。我们应当学会考虑其他可能的解释，而不是仅仅责怪自己。